

MEDICINA ALTERNATIVA Y COMPLEMENTARIA: ¿QUÉ EXPERIENCIAS TIENEN LAS PERSONAS AL UTILIZARLA?

AUTORES:

¹Edwin Alexis Velasco Lozano
edwin_lozano8@yahoo.com

¹Eduardo Gusman Morales

Recibido: 20/08/2017

¹Ana Lorena Ordoñez Monroy

Aprobado: 26/07/2018

¹Daniel Torres Razo

Páginas: 18-29

¹Nohemí De la Garza Castañón

¹Christopher Álvarez Martínez

ASESORA:

²Dulce María Guillén Cadena
dulce1414@hotmail.com

1. Pasante de la Licenciatura en Enfermería. Facultad de Estudios Superiores Iztacala. UNAM.

2. Doctora en Educación. Profesora Titular "B" TC, FES Iztacala. UNAM

Para citar este artículo:

Velasco EA, Gusman E, Ordoñez AL, Torres D, De la Garza N, Álvarez C. Medicina Alternativa y complementaria: ¿Qué experiencias tienen las personas al utilizarla?. Cuidarte. 2018; 7(14): 18-29

DOI: <http://dx.doi.org/10.22201/fesi.23958979e.2018.7.14.69140>

ARTÍCULO ORIGINAL

.....

MEDICINA ALTERNATIVA Y COMPLEMENTARIA: ¿QUÉ EXPERIENCIAS TIENEN LAS PERSONAS AL UTILIZARLA? COMPLEMENTARY AND ALTERNATIVE MEDICINE

RESUMEN

Introducción: El incremento del uso de la Medicina Alternativa y Complementaria (MAC) se puede sustentar en la eficacia reportada y escasos efectos secundarios. Sin embargo, no hay suficientes investigaciones sobre posibles complicaciones e interacciones con los medicamentos convencionales.

Objetivo: Describir las experiencias de mujeres que hayan utilizado la medicina alternativa y complementaria **Metodología:** Investigación cualitativa con diseño fenomenológico descriptivo.

La recolección de datos se realizó a través de entrevistas a profundidad, con una guía que incluyó los temas relacionados con el fenómeno a investigar, observación y notas. El análisis se realizó según lo propuesto por Krueger: lectura, transcripción, codificación, formación de temas y sub temas, se aplicaron los criterios de rigor y el consentimiento informado.

Hallazgos: Se encontró que los principales motivos por los cuales las entrevistadas acudieron a la medicina alternativa fueron por recomendación de familiares o conocidos así como la asequibilidad de la misma. Las entrevistadas admiten utilizar 1 o más métodos alternativos, de los cuales sobresale la herbolaria, para tratar patologías específicas y/o síntomas generales. Sobre sus emociones y sentimientos que les causó el uso de la MAC sobresalen la confianza y bienestar que les genera. También se identificó una creencia sobre la inocuidad de los remedios herbolarios ya que creen que son inofensivos. **Conclusiones:** La experiencia de las participantes con la MAC fue en lo general positiva y ninguna reportó efectos secundarios por el uso de la misma. Por esta sensación de bienestar percibida, las personas tienen una gran confianza en sus efectos sanadores.

Palabras Clave: Terapias Complementarias, Herbolaria, Emociones, Medicina alternativa, Experiencia

ABSTRACT

Introduction: The increasing use of CAM is due to its reported effectiveness and low side effects. Nevertheless there is not enough research on possible complications and interaction with conventional medicine. **Objective:** Describe the experiences of women who have used complementary and alternative medicine. **Methodology:** Qualitative descriptive phenomenological research. Data collection derived from in-depth interviews with a semi-structured guide related with the studied phenomenon, observation and field notes. The data was analyzed with Krueger's proposal: reading, transcription, codification, formation of topics and subtopics, criteria of scientific rigor and the informed consent was applied.

Findings: From the analyzed interviews, the main reason which they opted for alternative medicine was by recommendation from relatives or friends and it's affordability. The interviewees admitted to have used 1 or more alternative methods, from which the herbalist stands out, to treat both specific pathologies and general symptoms. Regarding their emotions and feelings that caused them to use the CAM stand out the confidence and well-being that this makes them feel. A belief about the safety of herbal remedies was found due to their belief that they're harmless.

Conclusions: The participants experience with CAM were mostly positive and none of them reported negative effects by its use. This perceived wellbeing sensation make people feel great confidence on its healing effects.

Keywords: Complementary therapies, Herbal, Emotions, Alternative medicine, Experience

INTRODUCCIÓN

Según la OMS (2013) la medicina tradicional (MT) es “todo el conjunto de conocimientos, aptitudes y prácticas basados en teorías, creencias y experiencias indígenas de las diferentes culturas, sean o no explicables, usados para el mantenimiento de la salud, así como para la prevención, el diagnóstico, la mejora o el tratamiento de enfermedades físicas o mentales.”¹

La medicina tradicional es un término amplio utilizado para referirse tanto a los sistemas de MT, la medicina tradicional china, el ayurveda hindú y la medicina unani árabe y a las diversas formas de medicina indígena regionales de cada país. Estas terapias incluyen tratamientos con medicación, el uso de hierbas, partes de animales y/o minerales, y terapias sin medicación como en el caso de la acupuntura, métodos manuales y las terapias espirituales.²

Por otra parte, la medicina alternativa y complementaria (MAC) según el centro nacional de medicina alternativa y complementaria (NCCAM por sus siglas en inglés) es: el conjunto de diversos sistemas, prácticas y productos de atención a la salud que no están considerados dentro de los sistemas de medicina convencional que en algunos casos se utiliza como tratamiento único (alternatividad) y otros en conjunto con la medicina convencional (complementariedad).³

En México la medicina tradicional (MT) es una práctica que tiene sus orígenes en la época prehispánica. Estos conocimientos se han ido transmitiendo de generación en generación. Aunque hay recopilaciones sobre productos herbarios y animales en las cuales se explican sus características principales y algunos usos medicinales⁴ estos efectos no han sido científicamente comprobados. Por su efectividad las personas tienen una gran confianza hacia los métodos tradicionales ya que diversos conocedores, como lo son los hierberos, hueseros, parteras, entre otros han utilizado estos métodos desde tiempos remotos para el tratamiento de las enfermedades y al ser los tratamientos

más asequibles las personas acuden a estos de primera instancia. En su mayoría estos terapeutas tradicionales son adultos mayores que han conseguido sus conocimientos por la acumulación de experiencia a lo largo de los años.⁵

Ha habido un incremento en el uso de la MAC en los últimos años alrededor del mundo, tal es el caso de Australia, Francia y Canadá, donde se reporta que su uso se encuentra entre un 46% y 70%. En Latinoamérica las cifras son también significativas, ejemplo de ello son el caso de Chile, Colombia y Perú, donde sus porcentajes ascienden hasta un 70% o más. En México, el 89.65% de la población ha utilizado a la MAC como método terapéutico.⁶ La búsqueda de tratamientos alternativos para la atención de problemas de salud en México representa un gasto de 11,000 mdp a nivel nacional por el creciente interés de las personas en encontrar una respuesta integral a sus necesidades físicas y emocionales.⁷

La medicina alternativa y complementaria forma parte de los usos y costumbres de comunidades indígenas, marginadas y de escasos recursos, por lo que el uso inadecuado puede provocar un daño mayor al que se intenta atender. No obstante esta situación no se limita a la población antes mencionada, sino también a las personas residentes de áreas urbanas que acuden de manera frecuente a charlatanes y timadores. La MAC se encuentra en una encrucijada debido a que existen diversos inconvenientes con la misma, esto proveniente de la falta de investigaciones sobre los efectos secundarios que pueda ocasionar en su interacción con otros tratamientos occidentales. Esto provoca un inconveniente al sistema de salud, ya que aunque existen lineamientos jurídicos que regulen el ejercicio de las prácticas de métodos alternativos, al menos en el caso de México, no es común que los usuarios reporten a sus médicos tratantes que utilizan algún tratamiento alternativo.⁸

METODOLOGÍA

Investigación cualitativa con diseño fenomenológico descriptivo. Caracterizada por evidenciar las experiencias vividas desde el propio contexto de la persona y eliminar cualquier prejuicio u opinión por parte del investigador para captar la esencia del fenómeno investigado. La selección de informantes se llevó a cabo conforme al caso típico-ideal. En este estudio participaron seis mujeres con un rango con edades entre 20 y 50 años, que profesan en su mayoría la religión católica, amas de casa, de nacionalidad mexicana y que tuvieran la experiencia de haber utilizado algún tipo de medicina alternativa y/o complementaria durante un periodo de tiempo de 1 a 2 años. Como parte de la recolección de datos se realizaron seis entrevistas semi-estructuradas que abordaron el tipo de MAC utilizada, tiempo de uso, la razón por la cual la usó y la experiencia en el uso de tratamientos alternativos con una duración aproximada de 30 a 40 minutos en domicilios particulares de la ciudad de México y área metropolitana realizadas del 27 al 31 de marzo del 2017. Éstas quedaron registradas con una grabadora de audio para registro fiel de las interacciones verbales, que sirvieron para revisión y análisis posterior, así como el registro de notas de campo de la observación directa y del entorno del participante. Se aplicaron los criterios de credibilidad. Los hallazgos se discutieron con otro investigador para llegar a una interpretación que se confirmó con el entrevistado y confirmabilidad utilizando una grabadora magnetofónica para la captación de las entrevistas que posteriormente se transcribieron, asimismo, se describieron las características de los informantes que participaron en la investigación. Así como lo planteó Edelmira Castillo.^{9,10}

El análisis de la información se realizó conforme a lo propuesto por Krueger: lectura, transcripción, codificación y formación de temas y subtemas. En las transcripciones de las entrevistas se etiquetaron los comentarios de los entrevistados.

Después se agruparon en 6 temas, posteriormente se desglosaron en subtemas, los cuales se muestran en la figura 1.^{11,12}

Aspectos éticos y legales

La presente investigación se llevó a cabo según lo establecido en el artículo 100 de la Ley General de Salud. La participación voluntaria fue garantizada de manera verbal mediante el consentimiento informado. Se explicó a las participantes claramente el objetivo de la investigación y se aclaró que contaban con la libertad de suspender la entrevista en el momento que ellas desearan. La información de las participantes se manejó de forma confidencial sin poner en riesgo su identidad.

La taxonomía empleada para la codificación de la información se presenta en el siguiente esquema:

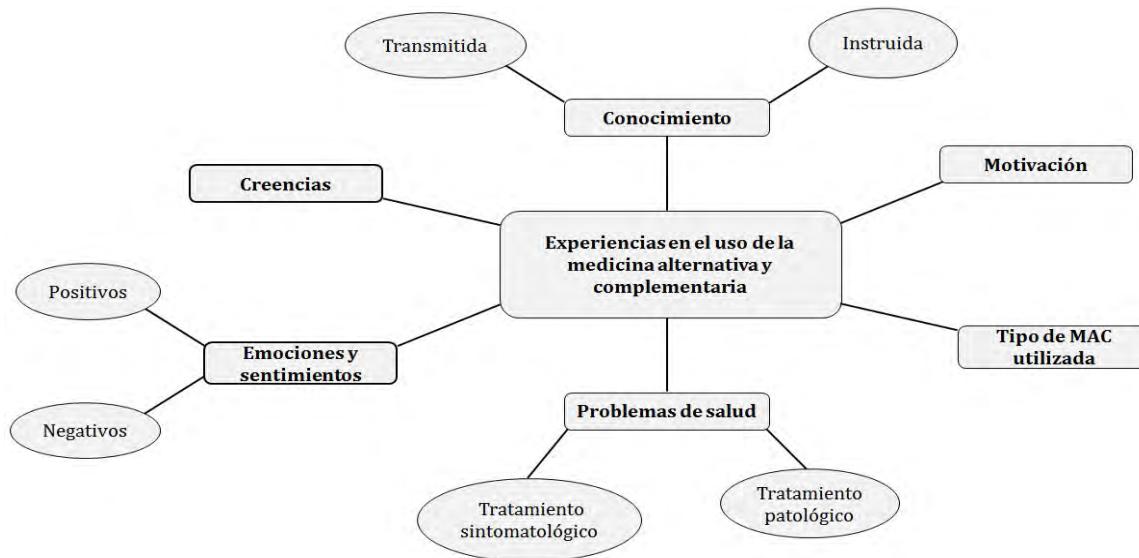
CATEGORIZACIÓN

Se encontraron seis temas, algunos con sus respectivos subtemas:

- 1. MOTIVACIÓN**
- 2. TIPO DE MAC UTILIZADA**
- 3. PROBLEMAS DE SALUD**
 - a. Tratamiento sintomático
 - b. Tratamiento patológico
- 4. EMOCIONES Y SENTIMIENTOS**
 - a. Positivas
 - b. Negativas
- 5. CREENCIAS**
- 6. CONOCIMIENTO**
 - a. Transmitido
 - b. Instruido

HALLAZGOS

Figura 1. Mapa de hallazgos.



Los hallazgos se clasificaron en seis temas que describen: 1. Su motivación; 2. Tipo de MAC que utilizaron; 3. Problemas de salud por los cuales recurrieron a ella tanto como tratamiento para síntomas o efectos secundarios como para enfermedades; 4. Emociones y sentimientos que les causaron; 5. Creencias que tenían con respecto a la medicina alternativa, y 6. Cómo adquirieron ese conocimiento.

Los principales motivos por lo que las entrevistadas recurrieron a la MAC, fue por recomendaciones de familiares, amigos y personas cercanas a ellas y en algunos casos por un profesional de la salud. Otro motivo son los escasos recursos, debido a la dificultad que tienen para acceder a los servicios de salud y a la disponibilidad de algún tratamiento alternativo. La curiosidad ha formado parte de los factores que influyeron en el uso de la MAC, ya que al no tener resultados favorables en sus tratamientos, recurren a cualquier método terapéutico que favorezcan su salud.

Las terapias de medicina alternativa y complementaria que fueron utilizadas por las entrevistadas fueron la herbolaria y la acupuntura como métodos alternativos de uso. Seguidos de la homeopatía, gorgojos chinos, quiropraxia y masoterapia.

Las usaron para tratar especialmente enfermedades crónico-degenerativas, categorizándolas en tratamiento patológico como; Cáncer Cervicouterino, Cáncer de mama, Hipertensión Arterial, Diabetes Mellitus tipo 2, entre otras y en el tratamiento sintomático para diferentes tipos de dolor: osteomioarticulares, cefaleas, malestares gastrointestinales, etc.

Los sentimientos y emociones generadas y evocadas por el uso de la MAC fueron muy diversos, algunos de ellos positivos y otros cuantos negativos. Estos últimos relacionados con las sensaciones que experimentaron al probar o utilizar determinado remedio herbario, por otro lado también se encontraron muchos otros sentimientos positivos derivados de la eficacia de éstos. Por ejemplo, una de las entrevistadas refirió desagrado a raíz del uso de diversas hierbas en té, pese a ello y derivado de la confianza que le tiene a las mismas continuó con su uso.

Dentro de las entrevistas se encontraron las creencias que existen alrededor de los tratamientos alternativos expresando que al ser naturales (herbolaria) son inofensivos. Ya que estos remedios formaron parte de las costumbres y de la vida de las participantes que manifiestan ser transmitidas de

generación en generación para el tratamiento de los males y según su experiencia han demostrado ser efectivas. Sin embargo, aunque se ha demostrado la efectividad de la MAC en diversas enfermedades, también se ha encontrado que el uso incorrecto de las mismas puede llevar a complicaciones.¹³

De acuerdo con lo expresado por las participantes, los conocimientos adquiridos

en relación con el uso de la MAC provienen de lo transmitido por su familia (generación tras generación). Por otro lado, también refirieron haber adquirido el conocimiento de personas ajenas a su círculo familiar, pero que tenían un amplio conocimiento en el uso de la MAC, tal es el caso del especialista Erick Estrada.

Los hallazgos se resumen en la siguiente tabla:

Tabla 1. Análisis temático.

Temas	Subtemas	Comentario entrevistada	Análisis
Motivo del uso de la MAC	Recomendación	<i>"...a mí como me lo recomendaron se debe de tomar, si son 25 días, o sea, el preparado si a mí me rinde para 25 shots..."</i>	Al ver la "efectividad" que la MAC tiene, las personas por sus experiencias positivas recomiendan estos mismos tratamientos a personas conocidas. Esta puede ser una causa por la cual no hay un correcto uso y control de la MAC ya que no se recurre a una persona capacitada en esta área.
	Asequibilidad	<i>"Exactamente, exactamente...así es, no había posibilidad de irnos porque no había, no había...transporte, estaba muy lejos, entonces para nosotros es difícil, teníamos que recurrir a estos remedios caseros que era más fácil, que lo teníamos ahí y... Sí, muchas veces llegábamos a usar eso más que nada por lo mismo, porque era mucho más fácil, práctico."</i>	Los bajos costos y la alta variedad de tratamientos alternativos hacen que la MAC sea una opción viable para el tratamiento de varios síntomas o enfermedades.
	Curiosidad	<i>"No pues, ya de ahí me seguí con los gorgojos, pero eso ya fue más curiosidad..."</i>	Por las experiencias positivas en el uso de un tratamiento alternativo, las personas vuelven a recurrir a éstos para satisfacer su curiosidad de utilizar algún otro tratamiento.
Tipos de MAC utilizada	Herbolaria	<i>"...me dijeron que tomara un compuesto de sábila con miel y un poquito de whisky..."</i>	La herbolaria es el método más utilizado ya que es parte de la medicina tradicional mexicana. Se transmite de generación en generación y se recomienda a personas conocidas. Es el tratamiento de más fácil acceso.
	Masoterapia	<i>"Hace poquito yo padecí de dolores de espalda, de un dolor muy fuerte, entonces recurrió a una persona que me diera masajes, y bueno, reconozco que si es bastante relajante, muy bueno. Y si me ayudó. Te saca el estrés y obviamente me quitó los dolores."</i>	La masoterapia es una de las terapias por manipulación. Tiene efectos relajantes en el cuerpo y es utilizada para el alivio del dolor y relajación del cuerpo.
	Acupuntura	<i>"Pues me dijo que algunas personas comíamos por estrés, que buscábamos en la comida consuelo a los problemas o que era normal para el organismo que cuando tuvieras un problema, necesitabas una ingesta de azúcar...y el uso de la acupuntura era controlar el apetito."</i>	La acupuntura es utilizada para regular funciones anatómicas y psicológicas. Ya que los estímulos que provoca, se relacionan con relajación muscular, control del apetito y la ansiedad.
Problemas de salud	Tratamiento patológico	<i>"Sí, durante casi año y medio, y fue porque tuve un problema de presión arterial muy alta. Y me recomendaron a esta persona, de la que yo ya había escuchado"</i>	Entre las diferentes terapias alternativas, la herbolaria es la más utilizada para el tratamiento de enfermedades cardíacas.
	Tratamiento sintomatológico	<i>"...yo lo probé, y a mí me hizo mucho efecto positivo, creo yo porque yo toleré muy bien las quimios, nunca me puse mal, mis exámenes sanguíneos todo el tiempo salían bien y una sola vez dejé de tomarlo y no me fue nada bien con la quimio..."</i>	Un uso muy común de la medicina alternativa está orientado a la disminución de efectos secundarios causados por tratamientos muy agresivos como la quimioterapia.
Emociones y sentimientos	Positivas	<i>"me hace sentir con confianza de que no estoy dañando mi cuerpo... Pero me hace sentir bien el hecho que los estoy curando de cualquier manera."</i>	De acuerdo con Adler y Cohen (año) los estímulos positivos hacen que los niveles de estrés disminuyan y por ende las respuestas inmunes no se ven inhibidas por los efectos del cortisol. Con esto se refuerza una visión psiconeuroinmunoendocrinológica.
	Negativas	<i>"La primera dejé de hacerlo porque nos daban un medicamento que no sabía yo que procedencia tenía. Entonces yo no confié más en eso. Si bajé de peso y obtuve resultados, pero no me gustó el hecho de cuando confronté al doctor acerca de qué era lo que nos daba, porque eran gotas en un vaso de agua, no me supo decir o no me quiso decir. Y eso no me pareció confiable."</i>	La falta de una explicación por parte del personal de salud sobre el cuestionamiento del medicamento otorgado generó desconfianza por parte de la usuaria ya que ella quería saber qué es lo que se le estaba dando y para qué servía.

Creencias		<i>"...porque finalmente no es nada malo, es algo natural..."</i>	La creencia de que los tratamientos herbolarios son inofensivos es común entre los usuarios, los cuales pueden estar en riesgo si no tienen un seguimiento del mismo y no lo consultan con un profesional en el área.
Conocimientos	Transmitido	<i>"Yo inicié a usar eso por mi mamá, por una abuela... nos enseñó a usar esos medicamentos caseros, remedios caseros, que un dolorcito de estómago, que un dolorcito de cabeza, muchas veces nos hacía té..."</i>	Los conocimientos sobre herbolaria datan desde épocas ancestrales. Estos se transmiten de generación en generación, principalmente en regiones alejadas y de difícil acceso a la atención de la medicina alópata.
	Instruido	<i>"Mi suegra de hecho ella tiene varios cursos sobre auriculoterapia, acupuntura, quiropráctica, salud y naturaleza, el de Erick Estrada, entre otros que yo le conozco."</i>	El uso de la MAC ha tenido un incremento significativo en la población mexicana, este incremento se ve reflejado en las estadísticas y en el fomento de la formación de recursos humanos especializados en la medicina alternativa así como en la creación de instituciones que promueven la investigación del uso correcto y controlado de estas terapias.

DISCUSIÓN

COMPONENTES DE LA MAC

La MAC tiene una extensa variedad de métodos terapéuticos que ofrecer las cuales se suelen agrupar en cuatro categorías (terapias mente-cuerpo-espíritu, terapias energéticas y del biocampo, terapias por manipulación y con base en el cuerpo y terapias con base biológica), sin embargo, la que más sobresale es la herbolaria. Esto debido a la disponibilidad y asequibilidad de plantas, frutos y semillas, que se encuentran en todas las regiones del país que la hace una de las terapias más antiguas. Aunque esta no se encuentra limitada sólo a nivel histórico ya que en la actualidad se siguen utilizando como el principio activo de varios medicamentos utilizados actualmente.¹⁴

Para la OMS, el concepto de medicamentos herbarios abarca "hierbas, material herbario, preparaciones herbarias y productos herbarios acabados, que contienen como principios activos partes de plantas, u otros materiales vegetales,

o combinaciones de esos elementos", además de considerar el uso de la misma, está bien establecido y ampliamente reconocido como eficaz y puede ser aceptado por las autoridades nacionales correspondientes. Por lo cual la postura de la OMS sobre la medicina tradicional y complementaria (MTC) es facilitar la integración de los métodos alternativos a los sistemas nacionales de salud, por medio de políticas, guías e investigaciones que garanticen la seguridad, eficacia y calidad de la MAC para aumentar el acceso a la misma y el uso racional de la MTC con fines terapéuticos por parte de proveedores y consumidores.²

En la última década ha incrementado el número de países miembros de la OMS que han implementado políticas sobre MT o reglamenten los medicamentos herbarios. Tal es el caso de México con la NOM-017-SSA3-2012 sobre la regulación de servicios de salud. Para la práctica de la acupuntura humana y métodos relacionados, NOM-248-SSA1-2011 la cual establece las buenas prácticas

de fabricación para establecimientos dedicados a la fabricación de remedios herbolarios y la modificación de la NOM-073-SSA1-2015 sobre la estabilidad de fármacos y medicamentos, así como de remedios herbolarios.¹⁵⁻¹⁸

De igual manera la acupuntura (terapias por manipulación), tiene varias denominaciones dependiendo de la técnica y material que se ocupe, es otro método terapéutico altamente utilizado y difundido que forma parte de la medicina tradicional china y que junto con la herbolaria se encuentra entre las prácticas curativas más antiguas del mundo la acupuntura es un conjunto de procedimientos que consiste no sólo en la estimulación de puntos específicos del cuerpo, como el pabellón auricular (auriculoterapia), sino también mediante la inserción de agujas a través de la piel al igual que al calentamiento de puntos acupuntuales (moxibustión), la manipulación manual (acupresión) o por estímulos eléctricos (electroacupuntura).^{3, 14, 19}

La Norma Oficial Mexicana 017 estandariza y regulariza las terapias de acupuntura en el país.¹⁶ Esta terapia ha demostrado tener potentes efectos analgésicos tanto a nivel local como sistémico para múltiples tipos de dolor en diferentes zonas del cuerpo¹⁹. Tanto la herbolaria como la acupuntura van orientadas hacia la relajación del cuerpo, reducción de efectos secundarios de algún otro tratamiento y alivio del dolor que refieren las entrevistadas. Estas son sólo algunas de las muchas opciones que ofrece la medicina alternativa, ya que dentro de cada campo se encuentran clasificadas varias opciones.

POBLACIÓN EN LA QUE TIENE MAYOR USO

El uso de la MAC ha ido en aumento en los últimos años, independientemente del nivel socioeconómico, cultural y área geográfica. Alcanza todos los sectores de la sociedad. Aunque la población que la utiliza mayoritariamente son las personas de

bajos recursos, que debido a su economía no logran costear tratamientos convencionales. En África por ejemplo, la medicina alternativa es primera opción de tratamiento. Existe una proporción de usuarios de MT de 1:200 – 1:400 y de usuarios de medicina convencional de 1:20,000.² Se estima que en el mercado de Sonora de la Ciudad de México se venden aproximadamente 10 toneladas de plantas medicinales al día.¹³

Evans *et al* en el 2007 encontraron que pacientes en estadios avanzados de enfermedades crónico-degenerativas son más propicios a buscar tratamientos tradicionales cuando han tenido experiencias en el uso de la MAC.²⁰ Fouladbakhsh y Stommel en 2010 reportaron que en Estados Unidos las mujeres recurren más a las terapias alternativas (más de 2 millones) que los hombres (850,000 aproximadamente) y que estas están relacionadas principalmente con métodos de relajación y apoyo emocional.²¹

Según la Encuesta Nacional de Salud (NHIS por sus siglas en inglés) de (Estados Unidos) el 38% de los adultos mayores encuestados utilizaban algún método de tratamiento alternativo, del cual sobresalieron los productos de origen natural.^{3, 14, 22} Mientras tanto en México Berenzon *et al* reportan que ante trastornos de ansioso-depresivos las mujeres (60%) solicitan más ayuda que los hombres (40%) en trastornos de ansiedad aunque para los depresivos el uso de terapias alternativas era similar.²²

Nuestras entrevistadas reportaron períodos breves de depresión y tristeza ante sus diagnósticos. Pero con el uso frecuente de los tratamientos que utilizaron, esta fue desapareciendo por los efectos positivos que percibieron a lo largo del tratamiento. Como Voltaire dice “el arte de la medicina consiste en distraer a los pacientes, mientras la naturaleza se encarga de curar la enfermedad.” Ya que nuestras entrevistadas manifiestan que los tratamientos herbarios requieren una preparación especial, dosis específicas y tiempos de reposo

entre los tratamientos, por lo tanto olvidan sus malestares y reduce su ansiedad. Esto aunado a los efectos terapéuticos de los remedios herbarios y tratamiento convencional (que se reporta que utilizan tratamientos alternativos en complemento a sus tratamientos médicos).

En los países desarrollados ha habido un gran avance en investigaciones relacionadas con la medicina alternativa, de igual manera un aumento en el interés por parte de los profesionales de la salud en la integración de métodos alternativos en los planes de estudio.²³ Asimismo, han aumentado los recursos orientados al financiamiento de estudios en el campo.²

USOS DE LA MAC

Las razones por las cuales las personas recurren a la MAC son variadas. El uso se acentúa en pacientes con complicaciones causadas por enfermedades crónico-degenerativas (Cáncer, Diabetes Mellitus e Hipertensión Arterial), en pacientes que presentan efectos secundarios a los tratamientos convencionales (principalmente quimioterapia) y como tratamiento del dolor.

En el 2014 Sánchez, *et al* realizaron un estudio en el Hospital de Jaén, donde encontró que el 53.6% de pacientes con cáncer reconocen haber utilizado la MAC.²⁴ Lo cual coincide con la postura de nuestras entrevistadas al utilizarlo como tratamiento coadyuvante para reducir los efectos secundarios de las quimioterapias.^{8, 24} Así como los comentarios sobre sus reacciones ante el uso de la MAC, que son en general positivos.

Isaac-Otero *et al* en el Instituto Nacional de Pediatría (2016) reportaron que el 80% de su población de estudio no percibieron ningún efecto negativo de acuerdo con el uso de terapias alternativas. El 20% si expresó haber experimentado efectos secundarios.⁸

Se ha reportado que modificaciones en los estilos de vida como la dieta y el ejercicio son muy efectivas en la reducción de los niveles de glucosa en sangre así como en la Tensión Arterial²⁶⁻²⁹ y no solamente estar arraigado a tratamientos farmacológicos. Pero también se han reportado tratamientos herbarios que son efectivos en la disminución de la glucosa en sangre, como las hojas de *Vernonia Amigdalina* y *Ocimum Gratissimum* y las semillas de *Moringa Oleifera* y *Picralima nítida*. Estos remedios herbarios son usados frecuentemente en Nigeria.²⁵

En México, Estrada (2009) tras sus investigaciones en la Universidad Autónoma de Chapingo elaboró formulas herbarias para el tratamiento de diversas enfermedades como la *Tecomma Stans*, *Guazuma Ulmifolia* y la *Cecropia Obtucifolia* como tratamientos para el control de la diabetes.³⁰ Para el tratamiento sintomatológico, como el dolor, la acupuntura ha demostrado tener potentes efectos analgésicos.^{19, 31} En los estudios mencionados, al igual que en nuestra investigación, los usuarios reportan que utilizan métodos alternativos por su alta efectividad y escasos efectos secundarios.

Estrada (2009) reporta que a *datura stramonium*, mejor conocida como toloache, es altamente tóxica, además que uno de sus alcaloides es el ingrediente activo de la buscapina. Asimismo afirma que si los remedios herbarios no se preparan de la forma correcta pueden llegar a ser tóxicos.¹³

La sensación de bienestar que produce a las participantes el uso de tratamientos alternativos, fortalece su confianza, la cual a largo plazo reduce sus niveles de estrés y ayuda en su pronta recuperación.

Se reporta una satisfacción por el trato holístico que reciben de los proveedores de la MAC. Las participantes expresan que necesitan un trato humanitario que no se centre solamente en la atención de la enfermedad. Hunter *et al* reportaron la satisfacción de pacientes oncológicos que fueron tratados por servicios de oncología integrativa

en la cual se usaban tratamientos convencionales combinados con tratamientos alternativos para el cáncer y así reducir los efectos secundarios y mejorar la calidad de vida.³² Las sensaciones de desesperanza fue un poderoso motivador para recurrir a la medicina alternativa ya que algunas de nuestras entrevistadas se encontraban en etapas avanzadas de la enfermedad y necesitaban algo a qué aferrarse.

CONCLUSIONES

En lo general las experiencias sobre el uso de la medicina alternativa y complementaria son positivas, ya que las entrevistadas manifestaron satisfacción y bienestar al haberla usado. Todas expresaron tener respuestas positivas al tratamiento y ningún efecto secundario causado por el uso del mismo. Aunque los hallazgos coincidan con lo encontrado en la bibliografía sobre los efectos positivos, se destaca la creencia común de que los remedios naturales (herbolaria) son inocuos, sin embargo, al desconocer los efectos que estos puedan tener si se ingieren en dosis altas, pueden poner en riesgo la vida de quien las consume. Por esta razón es de vital importancia generar investigaciones sobre los efectos secundarios, interacciones medicamentosas y toxicidad causados por tratamientos herbarios y no tanto orientados a desmentir o desprestigiar a la MAC. Es importante considerar la incorporación a los planes de estudio de los profesionales de la salud y áreas afines tratamientos alternativos con el fin de acercar la academia a las prácticas sociales de salud, vigentes en el país.

Los principales motivos por los cuales las entrevistadas recurrieron a la MAC fueron por recomendación de conocidos que a su vez la han utilizado y en escasas ocasiones recomendadas por su médico familiar^{8, 24, 25} por lo cual se concluye que su conocimiento es obtenido empíricamente, ya que sólo una de las participantes reportó que si ha tomado cursos relacionados con acupuntura

y herbolaria del Dr. Erick Estrada. Por lo tanto la economía no es el único motivo por el cual la gente recurre a estos métodos alternativos, sino que también influye su estado de salud-enfermedad (personas en estadios avanzados de enfermedades crónico-degenerativas) y las experiencias previas que hayan tenido con estos tratamientos que los hacen utilizarlos, ya sea por experiencia propia o por transmisión del conocimiento por medio de alguien que la haya utilizado.

La deficiente relación médico-paciente y la despersonalización en el trato reportada en los últimos años hacen que las personas busquen nuevas formas de tratar sus malestares. La necesidad de un tratamiento más holístico lleva a las personas a buscar satisfacer necesidades espirituales mediante el uso de la medicina tradicional. La cual aunque ha sido desplazada por la medicina convencional aún permanece latente en las costumbres de las personas. Ya que este conocimiento se transmite de persona a persona por medio de la experiencia y llega a las manos de las personas por recomendación de algún otro usuario que se siente satisfecho con sus resultados positivos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS. Medicina tradicional: definiciones. [sitio en internet]. [Consultado mayo de 2018]. Disponible en: <https://bit.ly/1ttJBGW>
2. OMS. Estrategias de la OMS sobre medicina tradicional 2002-2005. [sitio en internet]. [Consultado 29 mayo 2018]. Disponible en: <https://bit.ly/2sZUC4j>
3. NIH. ¿Qué es la medicina complementaria y alternativa?. [sitio en internet]. [Consultado 1 marzo 2017]. Disponible en: <https://bit.ly/29ZV0e2>
4. De Sahagún B. *El México antiguo*. Caracas: Fundación Biblioteca Ayacuch; 1981. Pp. 328-335
5. Zolla C. *La medicina tradicional indígena en el México actual*, Arqueología Mexicana núm. 74, pp. 62-65.
6. Peña A, Paco O. Medicina alternativa: intento de análisis. *An Fac Med Lima* [sitio en internet]. 2007 [Consultado 2 marzo 2017]; 68 (1): 87-96. Disponible en: <https://bit.ly/2t0lMlo>
7. El economista. Medicina alternativa representa 11,000 mdp en México. [sitio en internet]. [Consultado 29 Mayo 2018]. Disponible en: <https://bit.ly/2JKCzcY>
8. Isaac-Otero G, Molina-Alonso D, Asencio-López L, et al. Uso de la medicina alternativa y complementaria (MAC) en cáncer infantil: encuesta de 100 casos en un instituto de tercer nivel de atención. *Gac Med Mex* [sitio en internet]. 2016 [Consultado 2 marzo 2017]; 152: 196-201. Disponible en: <https://bit.ly/2JDnsyS>
9. Castillo E, Vásquez ML. El rigor metodológico en la investigación cualitativa. *Colombia Médica* [sitio en internet]. 2003 [Consultado 13 febrero 2018]; 34 (3): 164-167. Disponible en: <https://bit.ly/28PK4hc>
10. Salgado AC. Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit* [sitio en internet]. 2007 [Consultado 13 febrero 2018]; 13 (13): 71-78. Disponible en: <https://bit.ly/2HmCbAf>
11. Rodríguez G, Gil J, García E. *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: Ediciones Aljibe; 1999. PP. 40-44, 137-139
12. Álvarez-Gayou JL. *Cómo hacer investigación cualitativa: fundamentos y metodología*. México: Paidós Ecuador; 2006. PP. 85-88, 187-193
13. Muñeton P. *Plantas medicinales: un complemento vital para la salud de los mexicanos. Entrevista con el Dr. Erick Estrada*. Revista Digital Universitaria [sitio en internet] 2009 [Consultado 22 mayo 2018]; 10(9): 1-9. Disponible en: <https://bit.ly/2JNit1N>
14. Snyder M, Lindquist R. *Terapias complementarias y alternativas en enfermería*. Bogotá: Manual Moderno; 2010. Pp. 287-303.
15. OMS. Estrategias de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023. [sitio en internet]. [Consultado 29 mayo 2018]. Disponible en: <https://bit.ly/1Q3GLA5>
16. "Regulación de servicios de salud. Para la práctica de la acupuntura humana y métodos relacionados". Norma Oficial Mexicana NOM-017-SSA3-2012. Diario Oficial de la Federación, 30 de Mayo de 2018.
17. "Buenas prácticas de fabricación para establecimientos dedicados a la fabricación de remedios herbolarios". Norma Oficial Mexicana NOM-248-SSA1-2011. Diario Oficial de la Federación, 30 de Mayo de 2018.
18. "Estabilidad de fármacos y medicamentos, así como de remedios herbolarios". Norma Oficial Mexicana NOM-073-SSA1-2015. Diario Oficial de la Federación, 30 de Mayo de 2018.
19. Cobos R. *Acupuntura, electroacupuntura, moxibustión y técnicas relacionadas en el tratamiento del dolor*. Rev Soc Esp Dolor [sitio en internet]. 2013 [Consultado 3 marzo 2017]; 20 (5): 263-277. Disponible en: <https://bit.ly/2LGBdgR>
20. Evans M, Shaw A, Thompson EA, et al. *Decisions to use complementary and alternative medicine (CAM) by male cancer patients: information-seeking roles and types of*

- evidence used. *BioMed Central [sitio en internet]* 2007 [Consultado 7 junio 2018]; 7(25): 1-13. Disponible en: <https://bit.ly/2HG0Njq>
21. Fouladbakhsh J, Stommel M. Gender, symptom experience, and use of complementary and alternative medicine practice among cancer survivors in the U.S. cancer Population. *Oncology Nursing Forum [sitio en internet]* 2010 [Consultado 7 junio 2018]; 37(1): E7-E15. Disponible en: <https://bit.ly/2JLber6>
22. Berenzon S, Alanís S, Saavedra N. El uso de las terapias alternativas y complementarias en población mexicana con trastornos depresivos y de ansiedad: Resultados de una encuesta en la Ciudad de México. *Salud mental [sitio en internet]* 2009 [Consultado 22 mayo 2018]; 32(2): 107-115. Disponible en: <https://bit.ly/2y9blZ8>
23. Dipierri J. Impacto e integración entre la medicina alternativa y la convencional. *Cuadernos de la facultad de humanidades y ciencias sociales [sitio en internet]*. 2004 [Consultado 3 marzo 2017]; (22): 241-263. Disponible en: <https://bit.ly/2LGtEXd>
24. Sánchez F, Gutiérrez J, Del Pino R. Frecuencia de uso de terapias alternativas/complementarias (tac) en pacientes con enfermedades hematológicas ingresados en la unidad de hematología del Hospital Universitario de Jaén. *Medicina Naturista [sitio en internet]* 2014 [Consultado 30 mayo 2018]; 8 (2): 31-36. Disponible en: <https://bit.ly/2zVh8SJ>
25. Ukamaka O, Ademere-Williams RI, Ayo-Vaughan MA, et al. Herbal medicine use among type 2 diabetes mellitus patients in Nigeria: understanding the magnitude and predictors of use. *IJCP [sitio en internet]* 2018 [Consultado 30 mayo 2018]; 40 (3): 580-588. Disponible en: <https://bit.ly/2xZ08Zh>
26. Berenguer L. Algunas consideraciones sobre la hipertensión arterial. *MEDISAN [sitio en internet]*. 2016 [Consultado 6 junio 2018]; 20 (11): 2434-2438. Disponible en: <https://bit.ly/2l4jSDe>
27. Sosa-Rosado J. tratamiento no farmacológico de la hipertensión arterial. *An Fac Med [sitio en internet]*. 2010 [Consultado 6 junio 2018]; 71 (4): 241-244. Disponible en: <https://bit.ly/2x7CuuO>
28. Reyes FA, Pérez ML, Figueredo EA, et al. Y. Tratamiento actual de la diabetes mellitus tipo 2. *CCM [sitio en internet]* 2016 [Consultado 6 junio 2018]; 20 (1): 98-120. Disponible en: <https://bit.ly/2egCHBH>
29. Roldán A, Ojeda G, Roldán EA. Tratamiento de la diabetes mellitus tipo 2. *Rev Fac Med UNAM [sitio en internet]*. 2011 [Consultado 6 junio 2018]; 54 (1): 28-40. Disponible en: <https://bit.ly/2Mhw27S>
30. Formulas herbolarias Erick Estrada. *Formulas herbolarias desarrolladas en la Universidad Autónoma de Chapingo. [sitio en internet]*. [Consultado 30 mayo 2018]. Disponible en: <http://erickestrada.com/fh.htm>
31. Augello SL, Trujillo Y, Arjona M, et al. Acupuntura con estimulación manual en la cefalea migrañosa. *CCM [sitio en internet]* 2015 [Consultado 22 mayo 2018]; 19 (4): 645-655. Disponible en: <https://bit.ly/2y0eoT2>
32. Hunter J, Ussher J, Parton C, et al. Australian integrative oncology services: a mixed-method study exploring the views of cancer survivors. *Bio Med Central [sitio en internet]* 2018 [Consultado 6 junio 2018]; 18 (153): 1-14. Disponible en: <https://bit.ly/2JvcRtF>