

# Medicina alternativa: ¿Variante efectiva o puro cuento?



La enfermera Donna Audia realiza una sesión de reiki con la que se cree que se ayuda al paciente con campos de energía invisibles, en la Universidad del Centro Médico de Maryland, en Baltimore, en esta fotografía de octubre del 2008. AP

Por **MARILYNN MARCHIONE**

**The Associated Press**

Algunos suplementos de hierbas pueden afectar la salud. Una cantidad sorprendente de productos no tienen los ingredientes que indica la etiqueta o contienen sustancias nocivas, como el plomo, o versiones disfrazadas de medicinas por receta.

"En los exámenes, uno de cada cuatro suplementos tiene algún problema", declaró Tod Cooperman, presidente de ConsumerLab.com, firma independiente que analiza esos productos.

Incluso cuando los ingredientes no son peligrosos, el dinero que se gasta en productos cuyo beneficio no está comprobado puede resultar una mala inversión, sin contar los riesgos para la salud.

Hay pacientes de cáncer que dejan pasar su única oportunidad de combatir el mal por apostar a medicinas alternativas. Pacientes con arterias obstruidas sufren infartos. Los niños pueden sufrir perjuicios por el uso de medicamentos no probados, aplicados por padres que no confían en la medicina tradicional.

Algunos medicamentos tradicionales resultan nocivos y se sacan del mercado, pero están sujetos a un sistema normativo y pruebas clínicas.

La supervisión de los medicamentos alternativos es mucho más limitada.

No obstante, el uso de medicinas alternativas y suplementos nutricionales, como vitaminas, minerales y hierbas, está muy difundido.

"Nos molesta cuando la gente dice que somos un recurso marginal", dijo Steven Mister, presidente del Consejo para una Nutrición Responsable.

Algunos son ampliamente recomendados por los médicos, como las vitaminas para mujeres embarazadas y el calcio para las mujeres mayores de edad para evitar la osteoporosis. Se cree que esos usos son seguros.

Varios estudios señalan que la avitaminosis puede generar enfermedades, pero no está claro si el consumo de suplementos soluciona el problema. Algunos estudios indican que puede causar efectos secundarios negativos, según Jeffrey White, director del Departamento de Medicina Alternativa del Instituto Nacional del Cáncer.

Pero White afirma que la medicina alternativa "ofrece buenas oportunidades". Lo mismo piensa Josephine Briggs, directora del Centro Nacional de Medicina Alternativa, un organismo creado por el Congreso.

"La mayoría de los pacientes no reciben tratamientos satisfactorios. Si existieran tratamientos convencionales satisfactorios y efectivos, probablemente no haría falta nada más".

Es por ello que Mitchell Gaynor, oncólogo del Centro Médico Weill-Cornell de Nueva York, le presta atención a la nutrición y ofrece técnicas de meditación y relajamiento en sus tratamientos.

"Hay gente que opina que la quimioterapia es veneno puro", expresó Gaynor "El cáncer es un mal que se desarrolla durante décadas, de modo que uno no puede decir que lo va a curar cambiando la dieta o haciendo meditación. Hay que tratarlo con la medicina convencional".

Mucha gente compra suplementos para tratar males menores, como insomnio, el fogaje típico de la menopausia, pérdida de memoria, exceso de peso y trastornos sexuales.

Kathy Allen, dietista del Centro Oncológico Moffit de Tampa, Florida, dice que la gente debe mostrarse escéptica ante el término "natural".

Afirmó que los suplementos no han demostrado ser seguros ni ofrecer beneficios probados. Si a uno le preguntan si está dispuesto a consumir medicinas tradicionales en esas condiciones, "la mayoría de nosotros diría que no", manifestó.

"Cuando la etiqueta dice 'natural', se cree que no puede hacer daño y eso sencillamente no es cierto", destacó.

Fuente: <http://www.elnuevoherald.com/257/story/469886-p2.html>