



En su redacción también han participado expertos del Instituto Carlos III, el Ministerio de Educación y las CCAA

El Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad publica el primer documento de análisis de situación de las terapias naturales

- Se trata de un documento descriptivo que ha sido muy coparticipado y que puede servir de base para el abordaje de una posible regulación en el futuro
- Se han identificado y analizado 139 técnicas en el ámbito de las terapias naturales, de las cuales solo una parte tiene influencia directa sobre la salud y el resto van fundamentalmente dirigidas al bienestar o confort del usuario
- La evidencia científica disponible sobre su eficacia es muy escasa y si bien en la mayoría de los casos estas terapias son inocuas, no están completamente exentas de riesgos
- No existe una regulación global sobre terapias naturales en ningún país occidental

19 de diciembre de 2011.

El Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad ha publicado hoy el primer documento de análisis de situación de las terapias naturales. **Este documento recoge los aspectos relativos a la evidencia científica disponible sobre la situación de estas terapias, tanto en España (centros, profesionales y técnicas) como en el extranjero** y es una base muy importante y un primer paso para avanzar en una posible regulación de estas terapias y distinguir entre aquellas que realmente pueden aportar ventajas a sus usuarios y las que no.

El texto es producto de un grupo de trabajo integrado por representantes del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, del Instituto de Salud Carlos III, del Ministerio de Educación y de las Comunidades Autónomas.

El documento **identifica y analiza 139 técnicas** realizadas en el ámbito de las terapias naturales y entre sus principales conclusiones señala:

- Las denominadas terapias naturales **abarcan una gran variedad de técnicas**, lo que hace que no sea fácil su enumeración exhaustiva. Además, su heterogeneidad dificulta delimitar su alcance.
- Esta variedad hace que existan dificultades para clasificar estas terapias. Se ha utilizado una modificación de la clasificación en cinco áreas del *National Center for Complementary and Alternative Medicine* (NCCAM) de los EEUU de América:
 1. **Sistemas integrales o completos** (homeopatía, medicina naturista, naturopatía, medicina tradicional china, acupuntura, ayurveda).
 2. **Prácticas biológicas** (fitoterapia, terapia nutricional, tratamientos con suplementos nutricionales y vitaminas).
 3. **Prácticas de manipulación y basadas en el cuerpo** (osteopatía, quiropraxia, quiromasaje, drenaje linfático, reflexología, shiatsu, sotai, aromaterapia).
 4. **Técnicas de la mente y el cuerpo** (yoga, meditación, kinesiología, hipnoterapia, sofronización, musicoterapia, arteterapia y otras).
 5. **Técnicas sobre la base de la energía** (Qi-Gong o Chi-kung, Reiki, terapia floral, terapia biomanética o con campos magnéticos).
- Aunque bajo la denominación de terapias naturales suelen englobarse un gran número de técnicas heterogéneas, **sólo una parte tiene influencia directa sobre la salud y el resto van fundamentalmente dirigidas al bienestar o confort del usuario**. De las primeras, unas tienen mayores riesgos para el usuario, bien por suponer la ingestión de sustancias que pueden originar interacciones e incluso toxicidad, bien por efectuarse manipulaciones sobre el cuerpo que inadecuadamente realizadas pueden originar problemas de lesiones.
- **Aunque estas técnicas suelen considerarse más inocuas que las de la medicina convencional, no siempre están exentas de riesgos** cuando se practican por personas no cualificadas, cuando

no se informa al médico del uso de productos herbales o si los usuarios han utilizado sin saberlo productos falsificados o terapias inadecuadas.

EVIDENCIA CIENTÍFICA

En relación a la evidencia científica disponible, el documento señala que **todavía es muy escaso el número de estudios publicados de suficiente calidad que proporcionen alto grado de evidencia sobre su efectividad en situaciones clínicas concretas mediante la aplicación de métodos científicos.**

Sin embargo, esta ausencia de demostración de su eficacia no debe ser considerada siempre como sinónimo de ineficacia. Muchos pacientes refieren cierto grado de satisfacción asociado a una percepción de mejoría de los síntomas o en su bienestar o en calidad de vida, aunque en muchas ocasiones no se dispone de estudios que permitan determinar si esta mejoría es debida al efecto específico causado por el tratamiento administrado o a un efecto placebo.

Algunas de las terapias en las que más se ha trabajado en la búsqueda de evidencia científica son:

Acupuntura: es una intervención de uso muy extendido y aceptado para el tratamiento de un amplio abanico de patologías, muchas de las cuales están asociadas con el dolor. La evidencia actual resultante sugiere que la acupuntura es un tratamiento efectivo en el control de las náuseas y vómitos postoperatorios y aquellos inducidos por la quimioterapia, así como para aliviar el dolor dental postoperatorio. La acupuntura podría ser también una herramienta no farmacológica útil para pacientes con cefalea frecuente de tipo tensional episódica o crónica y una opción de tratamiento para los pacientes con ataques de migraña. En el dolor lumbar crónico inespecífico puede ser una técnica de utilidad como complementaria de otras intervenciones convencionales.

Para otras patologías, la evidencia disponible es aún insuficiente para guiar la toma de decisiones clínicas, aunque hay determinadas patologías como la fibromialgia, la artritis de rodilla, el insomnio, la epicondilitis, el dolor de espalda y las alteraciones de la articulación temporomandibular, en las que la evidencia existente sobre la eficacia de la acupuntura es en este momento prometedora.

En cuanto a su seguridad, los estudios realizados demuestran que es un tratamiento relativamente seguro y con eventos adversos menores y

limitados como dolor, inflamación, hematoma o sangrado en el lugar de la inyección.

Homeopatía: es una técnica que ha empezado a ser evaluada con criterios de medicina basada en la evidencia en los últimos años, por lo que se puede afirmar que su evaluación científica está en sus inicios. En general, las revisiones realizadas concluyen que la homeopatía no ha probado definitivamente su eficacia en ninguna indicación o situación clínica concreta y los resultados de los ensayos clínicos disponibles son muy contradictorios.

En cualquier caso, los medicamentos homeopáticos, en diluciones extremadamente altas, utilizados bajo la supervisión de profesionales se consideran seguros.

Terapias físicas y manuales: la investigación científica en estas técnicas está menos desarrollada, por lo que es necesario realizar más investigaciones. Aún así, la manipulación espinal osteopática puede ser beneficiosa en pacientes con dolor lumbar inespecífico agudo o crónico. Se puede considerar el uso de terapia manual, incluida la manipulación espinal, en el manejo temprano del dolor de espalda persistente inespecífico.

Respecto a la *seguridad* de estas intervenciones se puede asumir que el riesgo del tratamiento osteopático y la manipulación espinal parece ser bajo.

En general, un aspecto positivo de muchas de estas terapias naturales es el alto grado de satisfacción manifestado por sus usuarios, independientemente de los resultados encontrados en estudios objetivos, así como el bajo nivel de riesgo que suele representar su forma de uso habitual. No obstante, esto no excluye riesgos de daños y eventos adversos, a veces severos, en función del producto utilizado o de la propia técnica o procedimiento (invasividad). La escasa evidencia científica disponible sobre la efectividad y su uso adecuado refuerzan la idea de una aproximación cautelosa al uso de las terapias naturales.

TERAPIAS NATURALES EN ESPAÑA

En España, como en el resto de países, hay una tendencia creciente a la utilización de terapias naturales. Sin embargo, y también como ocurre en el resto de países occidentales, no hay normativa específica a nivel estatal que regule de forma global las terapias

naturales, aunque sí existe regulación más específica en el terreno de los medicamentos homeopáticos y los medicamentos a base de plantas.

Del mismo modo, hasta la fecha no se ha desarrollado ninguna titulación de formación profesional ni cualificación profesional en la familia profesional de Sanidad para las terapias naturales. Sin embargo, pese a no estar reguladas ni las titulaciones ni la formación en este ámbito, universidades, sociedades, centros privados, etc. Proporcionan formación para profesionales sanitarios y no sanitarios.

TERAPIAS NATURALES EN EL EXTRANJERO

Por lo que respecta a la situación en el extranjero, **la homeopatía, la acupuntura y la quiropráctica son las terapias más demandadas por los usuarios**, si bien no existe una regulación global de las terapias naturales en ningún país occidental.

La cobertura de las terapias naturales por los sistemas públicos es escasa y habitualmente se exige para el reembolso que hayan sido realizadas por médicos. Lo que se reembolsa con más frecuencia son los tratamientos homeopáticos, la quiropráctica, la acupuntura y la osteopatía.

Se proporciona formación sobre terapias naturales en todos los países, pero varía mucho su grado de oficialidad: unos países tienen especialidades para médicos en la Universidad (Alemania), otros tienen programas postgrado también en la Universidad (Italia), y en otras ocasiones la formación se facilita en escuelas o institutos privados (Canadá, Suecia).

El documento completo está disponible en la página web del Ministerio:
www.mspsi.es