



## MEDICINA INTEGRATIVA, UNA VISIÓN DIFERENTE



La medicina integrativa busca utilizar tanto la medicina alternativa como la tradicional, mirando la enfermedad desde una perspectiva diferente. Esta consiste en ver la enfermedad como un desequilibrio de los sistemas del cuerpo en los cuales el tratamiento debe ser enfocado a restablecer el mismo desde una mirada más global dándole importancia a las conductas del paciente. En esta ocasión, el médico Daniel Melo y la Enfermera Carolina Vanegas, de la

Decanatura del Medio Universitario, traen para ti algunas recomendaciones que te orientarán a tener una visión diferente de la medicina integrativa.

“Los términos “medicina complementaria” o “medicina alternativa” aluden a un amplio conjunto de prácticas de atención de salud que no forman parte de la tradición ni de la medicina convencional de un país dado ni están totalmente integradas en el sistema de salud predominante. En algunos países, esos términos se utilizan indistintamente para referirse a la medicina tradicional” (1).

Este tipo de medicina a pesar de ser cuestionada, es un hecho que cada vez gana más campo en el mundo. “Según el reporte de la OMS entre 2002 y 2005, este tipo de medicina fue usada en África hasta por un 80% de la población y el 40% de la atención sanitaria fue realizada con este tipo de medicinas en China. Se encontró que el 48% de la población en Australia había usado al menos una vez este tipo de medicina, en Canadá el 70%, en Estados Unidos el 42%, en Bélgica el 38%, en Francia el 75%, en Chile el 71% y en Colombia el 40%” (2).

Las terapias más usadas en este tipo de medicina son:

- Homotoxicología
- Terapia neural
- Acupuntura
- Nutrición funcional

En el mundo solo un tercio de este tipo de prácticas son realizadas por personal cuya formación tiene un nivel universitario y en Colombia casi un 50% la practican profesionales de la salud. Están regulados casi la mitad de los países donde se realizan estas prácticas.

Los beneficios que encuentran las personas que acuden a este tipo de medicina son:

- Abordaje global del individuo (fisiológico, psicológico, nutricional y social)
- Mejora en hábitos alimenticios y conductuales
- Desintoxica el organismo y fortalece el sistema inmune
- Coadyuvante del manejo de las enfermedades crónicas y el dolor

Es importante que tengas en cuenta para la realización de cualquiera de estas terapias, que sea un lugar habilitado y regulado por los entes de control de salud, verifica que tu terapéutica tenga formación médica y específica en medicina alternativa y busca referencias en páginas autorizadas sobre la buena práctica de estas instituciones.

Los pacientes con cáncer suelen apoyarse en este tipo de terapias, sin embargo, es importante tener en cuenta que:

- Pueden aliviar los efectos como fatiga, ansiedad, dolor y náuseas, pero no se ha comprobado que curen el cáncer.
- Se recomienda que antes de iniciar cualquier tratamiento lo comente con su médico de tratante.
- No abandone su tratamiento de medicina tradicional como la quimioterapia, radioterapia, etc.

Te invitamos a participar en las actividades que ofrece el Servicio Médico de la Universidad, el día 21 de febrero estaremos en un Instagram Live donde se ampliara este tema, por @midecanatura, si tienes dudas no dudes en escribirnos al correo: [servicio.medico@urosario.edu.co](mailto:servicio.medico@urosario.edu.co) o al WhatsApp: 3228632450.

---

---

---

## Bibliografía:

1. [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/95008/9789243506098\\_spa.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/95008/9789243506098_spa.pdf)
  2. SENA. Caracterización ocupacional. Medicina alternativa y terapias complementarias. In. Bogotá, Colombia 2006:102 p.
- 