

Medicentro Electrónico. 2025;29:e4517

ISSN 1029-3043

Editorial

Medicina integrativa y cronicidad

Integrative medicine and chronicity

Gilberto Cairo Sáez¹<https://orcid.org/0000-0002-4019-3252>

¹Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara. Cuba.

Autor para la correspondencia: Correo electrónico: cairos@infomed.sld.cu

Recibido: 2/12/2025

Aprobado: 3/12/2025

Ha comenzado a hacerse patente un nuevo paradigma en la concepción de la atención médica, la Medicina Integrativa (MI), no se trata de la medicina alternativa que propone dejar de lado la alopática para utilizar técnicas tradicionales exclusivamente, o la complementaria que le asigna a la medicina alternativa un papel secundario como complemento de los tratamientos convencionales, se trata de un concepto totalmente nuevo. La MI propone un enfoque interdisciplinario y basado en evidencia para la salud y el bienestar mediante el uso de una combinación de conocimientos, habilidades y prácticas

médicas, biomédicas y tradicionales, de forma integrada en un plan terapéutico único.⁽¹⁾

Este nuevo paradigma está centrado en el individuo y en cómo ofrecer una atención de mejor calidad, surge como resultado de la acumulación de evidencias sobre la efectividad de procederes, técnicas y tratamientos que se apartan del patrón estándar establecido por la medicina convencional.

Llama poderosamente la atención que en el año 2023 la *American Heart Association* publicó su posición respecto a la medicina alternativa y complementaria en la revista *Circulation*, y declaró que el uso de estas técnicas en estudios observacionales y ensayos clínicos con pacientes con insuficiencia cardíaca, el uso de agentes específicos se asociara con una mejoría en los síntomas, la capacidad funcional, la calidad de vida y la aparición de complicaciones cardíacas adversas mayores. Por ello, los profesionales sanitarios deberían estar familiarizados con sus efectos clínicos ya que, si bien no deben sustituir el tratamiento estándar, estos agentes se pueden utilizar en el tratamiento de afecciones cardiovasculares en pacientes sin insuficiencia cardíaca.⁽²⁾

Lo más importante es demostrar que la medicina tradicional puede ser empleada armónicamente con la medicina convencional, o sea que cada una tiene fortalezas en diferentes campos de la atención médica. La medicina convencional es sin duda, superior en el tratamiento de las urgencias y emergencias de pacientes graves que requieren intervenciones específicas, traumatismos, abdomen agudo, choque, entre otras. Pero en el campo de la prevención y el tratamiento de la cronicidad es precisamente donde la MI ofrece ventajas hasta ahora subvaloradas.

A diferencia de la medicina convencional generalmente centrada en la administración de fármacos, la MI toma la filosofía de la medicina tradicional oriental de mantener el equilibrio del ser humano con todo lo que lo rodea (prevenir) o restaurarlo (curar) al ver la enfermedad como un proceso donde el



individuo tiene un desequilibrio específico que se puede restaurar a través de la actividad física, la dieta o el reposo según el caso.

También en la rehabilitación tienen un papel fundamental, la quiropaxia, el yoga, el taichí y la homeopatía, entre otras. Aun si algunas actúasen a través de un efecto placebo hay que recordar que este no es equivalente a nada, sus efectos están relacionados con la liberación de sustancias endógenas como las endorfinas que actúan como la farmacia interna del organismo. Otra de las fortalezas de la medicina tradicional, particularmente la oriental, es su utilidad en el tratamiento de los enfermos crónicos y como adyuvante en los cuidados paliativos.

Dentro de las ventajas que ofrece la medicina tradicional, está su bajo costo, su accesibilidad y la baja incidencia de efectos colaterales, integrarla a los protocolos convencionales de forma regular puede ser una forma de disminuir los crecientes gastos de los servicios de salud y de los propios pacientes, también contribuiría a la reducción del consumo de medicamentos y de sus efectos colaterales.

No se trata de integrar cualquier tipo de terapia o procedimiento tradicional, la MI se nutre de aquellas que han pasado por el filtro de la evidencia, lo cual no niega aquellas que aún no han sido probadas, pero es importante garantizar la seguridad y evitar el uso de tratamientos que no tengan un efecto probado.

La pregunta difícil de responder es, ¿por qué si existen evidencias de la efectividad y la factibilidad de la integración de la medicina tradicional a la convencional no se hace sistemáticamente? El problema radica en que:

- No se toma en cuenta la evidencia existente o se subestima.
- El interés por la investigación en este campo es creciente pero insuficiente.
- La infraestructura todavía no está en función de la integración.
- La mayoría de la comunidad médica no domina estos conceptos o los ve como cultura médica no como práctica cotidiana.
- La información sobre el tema no es explícita dentro de la formación de los profesionales de la salud.

El tema se hace relevante porque asumir esta visión de la medicina, donde se utiliza todo el conocimiento disponible para mejorar la calidad de la asistencia y sus resultados, concuerda con la idea de situar al paciente en el centro de la atención para atender la cronicidad de su afección en correspondencia con el incremento de costos que puede esto conllevar. Nos toca decidir entonces si sumar esta herramienta a nuestro arsenal, para enfrentar los nuevos retos en el control de las enfermedades no transmisibles.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. WHO. Medicina tradicional. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/traditional-medicine>
2. Chow SL, Bozkurt B, Chair V, Baker WL, Bleske BE, Breathett K, et al. Complementary and alternative medicines in the management of heart failure: a scientific statement from the American Heart Association. Circulation [Internet]. 2023 [citado 2025 nov. 30];147(2):e4-e30. Disponible en:
<https://www.ahajournals.org/doi/10.1161/CIR.0000000000001110>

Conflicto de intereses

El autor declara no tener conflicto de intereses.

