



Medicina Complementaria y Alternativa (MCA): ¿Qué es? ¿Por qué nos interesa?

Un tema candente en el tratamiento de niños con retrasos y discapacidades en el desarrollo es el uso de la medicina complementaria y alternativa (MCA), una colección de prácticas descritas como “fuera” del alcance de la práctica médica convencional. Debido a que los límites entre la medicina, la práctica alternativa, y lo que se considera el tratamiento “tradicional” pueden ser confusos, proporcionamos un resumen de lo que estos diferentes términos significan.

¿Qué es la Medicina Complementaria y Alternativa (MCA)?

En primer lugar, es importante recordar que la MCA está posicionada en oposición a lo que la gente típicamente considera como la medicina occidental “tradicional”. La medicina convencional es lo que la mayoría de los practicantes con un grado MD o DO ejercitan. El enfoque es, a menudo, tratar dolencias existentes dentro del contexto de marcos científicos muy específicos. Los tratamientos caen bajo el ámbito de la “medicina basada en evidencias (MBE)”, que prueba diferentes tratamientos para confirmar que son eficaces y seguros. Estos tratamientos se prueban en [una jerarquía](#), únicamente con procedimientos o tratamientos rigurosamente probados que pasan en el reino de las “pautas clínicas de la práctica de medicina”.



Por otro lado, las prácticas MCA se encuentran fuera de la medicina “convencional”, ya que no han sido estudiadas, no han demostrado ser efectivas, o carecen de fundamentos científicos para justificar su inclusión en el canon científico. Sin embargo, es importante señalar que existen diferencias entre las terapias *complementarias* y las *alternativas*:

- La medicina complementaria se usa en conjunción con o como suplemento de medicina convencional.
- Las terapias alternativas se utilizan para reemplazar las soluciones médicas convencionales y, por lo tanto, a menudo pueden llevar consigo mayores riesgos.

También es muy importante notar que lo que se considera MCA a veces puede ser un blanco móvil, ya que algunas se someten a pruebas rigurosas y se adoptan en la medicina “regular”. Algunos doctores, debido a la muy alta demanda, incluso combinan prácticas MCA con la medicina convencional en un híbrido llamado medicina integrante. Una refutación común a la MCA es que: “si se demostrara que funciona, no sería un ‘tratamiento alternativo’ – si no que todos la estaríamos usando”.



De acuerdo con el Centro Nacional para la Salud Complementaria e Integrativa (NCCIH, por sus siglas en inglés, y antes conocido como NCCAM), estas terapias pueden dividirse en cinco categorías diferentes:

- Sistemas médicos alternativo (tratamientos médicos que se centran en una filosofía específica, como el Ayurveda, la curación tradicional de las primeras naciones, la medicina tradicional China, la homeopatía y la naturopatía)
- Intervenciones mente-cuerpo (tratamientos que involucran el fomento de la conexión mente-cuerpo, como la meditación, la oración, la relajación y la terapia del arte)
- Terapias basadas en la biología (tales como suplementos dietéticos y remedios herbales)
- Métodos de manipulación y basados en el cuerpo (tales como la quiropráctica, la



manipulación osteopática y el masaje)

- Terapias de energía (como terapias de bio-campo - incluyendo Qi Gong, Toque terapéutico y Reiki - y terapias basadas en bio electro magnética como la terapia magnética o terapia de campo de corriente alterna o directa)

En muchos casos, sin embargo, hay una gran cantidad de superposición, y la división entre muchas de estas terapias no es clara. Muchas de estas terapias pretenden enfocarse en el individuo “holísticamente”, buscando mejorar la salud física, emocional, mental y espiritual.

Puede que algunos médicos sean cautelosos con respecto a la recomendación de las terapias MCA porque muchos (si no la mayoría) no han sido sometidas a rigurosas pruebas para confirmar su seguridad. Algunas terapias de la MCA (tales como suplementación dietética para el tratamiento del cáncer) se han encontrado no sólo ineficaces, sino, además, dañinas.

Las lesiones de nacimiento son difíciles para su familia. Podemos
ayudar.

¿Es efectiva la MCA?

No es posible decir que las terapias MCA en su totalidad sean ineficaces; sin embargo, muchas no han sido probadas. Los ensayos controlados son caros, lo que puede dificultar las pruebas de eficacia de la MCA. En comparación, la investigación en medicina convencional es a menudo apoyada por empresas privadas, por lo que los ensayos clínicos son más factibles para ellos. La MCA generalmente no tiene el mismo tipo de respaldo, por lo que los ensayos clínicos son más difíciles de llevar a cabo. Sin embargo, es importante notar que, sin pruebas rigurosas, es muy difícil saber cuáles podrían ser los posibles riesgos y beneficios de una terapia MCA. Mientras que algunos ensayos clínicos demuestran algunos beneficios, estos no pasan los estándares de los ensayos clínicos controlados. Debido a esto, los padres deben tener cuidado y se les aconseja que hablen con un profesional médico para ayudar a tomar decisiones informadas si están considerando las terapias CMA.



¿Cómo se Prueba la Eficacia de las Terapias de MCA?

Para demostrar la eficacia de las terapias MCA, hay tres “niveles” de apoyo. El más riguroso es una demostración de resultados clínicos a través de ensayos clínicos controlados. El menos riguroso es una demostración de los mecanismos de acción fisiológicos establecidos (es decir, demostrando que un tratamiento tiene un efecto sobre algún proceso específico que ocurre en el cuerpo). Lo menos persuasivo es el uso histórico, aunque este se considera generalmente como una evidencia anecdótica y poco fiable. En muchos casos, la MCA no se practica en una cultura de medicina basada en evidencia, sin embargo, la refutación no siempre es suficiente para desalentar el uso de terapias ineficaces.

Antes de Intentar una Terapia Complementaria o Alternativa

Antes de intentar una terapia alternativa, recuerde que los doctores están entrenados y graduados. Los practicantes de MCA generalmente no tienen que serlo, y muchos, en efecto, no lo son. Muchos profesionales de la salud recomiendan pedir a un proveedor de atención médica, como un médico de cabecera, una referencia si usted está interesado en los servicios de la MCA. Además, deberá recopilar información sobre el médico, y preguntar acerca de los pros y contras del tratamiento-al igual que lo haría con cualquier otro proveedor de atención médica.



Ejemplos de Terapias Complementarias y Alternativas

¿Cuáles son algunos ejemplos de Medicina Complementaria y Alternativa (MCA)?

- Acupuntura
- Técnica Alexander
- Aromaterapia
- Ayurveda
- Retroalimentación Biológica
- Medicina Quiropráctica
- Terapia de Dieta
- Herbolaria
- Cuidado Holístico
- Homeopatía
- Hipnosis
- Terapia de Masaje
- Meditación
- Naturopatía
- Terapia Nutricional
- Terapia Manipulativa Osteopática (TMO)
- Qi gong (Interno y Externo)
- Reflexología
- Reiki
- Sanación Espiritual
- Tai Chi



- Medicina Tradicional China
- Yoga

El Centro de Ayuda para EHI y el bufete legal ABC Law Centers

El Centro de Ayuda para EHI está administrado por [ABC Law Centers](#), una firma de negligencia médica que maneja exclusivamente casos relacionados con EHI y otras lesiones de nacimiento. Nuestros abogados tienen más de 100 años de experiencia combinada con este tipo de derecho y han abogado por los niños con EHI y discapacidades relacionadas desde la creación de la firma en 1997.

Nos apasiona ayudar a las familias a obtener la compensación necesaria para cubrir sus extensas cuentas médicas, la pérdida de salarios (si uno o ambos padres tienen que faltar al trabajo para poder cuidar de su hijo), la tecnología de asistencia y otras necesidades.

Si usted sospecha que la EHI de su hijo puede haber sido causada por negligencia médica, [comuníquese con nosotros](#) hoy mismo para obtener más información sobre cómo seguir adelante con un caso. Ofrecemos consultas legales gratuitas, en las cuales le informaremos sobre sus [opciones legales](#) y responderemos cualquier pregunta que tenga. Además, no pagaría nada durante todo el proceso legal a menos que obtengamos una resolución favorable.

Usted también puede ponerse en contacto con nosotros para realizar consultas que no estén relacionadas con la negligencia profesional. No podemos proporcionar asesoramiento médico individualizado, pero nos complacerá encontrarle recursos informativos.



Aprenda Más:

Medicina Alternativa

- [Sitio Web del National Center for Complementary and Alternative Medicine](#)
- [Clínica Mayo: ¿Qué es la Medicina Alternativa?](#)
- [Centro Nacional de la Salud Complementaria e Integrativa: ¿Qué Significa?](#)
- [MedlinePlus: ¿Aprendiendo sobre MCA? ¡Empiece Aquí!](#)
- [Resumen de MCA](#)
- [Problemas éticos en la medicina complementaria y alternativa](#)
- [Salud Complementaria y Alternativa: ¿Se Basa en la Evidencia?](#)
- Revistas con Publicaciones Relacionadas a la MCA: Terapias Alternativas y Complementarias , [Revista de Medicina Complementaria y Alternativa Basada en Evidencia](#), Medicina Complementaria y Alternativa Basada en Evidencia , MCA Basada en Evidencia
- Organizaciones MCA: [Academia de Salud y Medicina Integrativa](#), Asociación Quiropráctica de Medicina , Asociación Americana de Salud Holística