

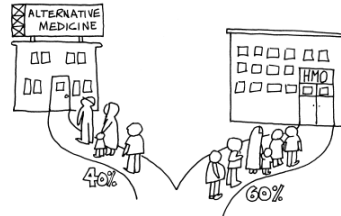
# Hoja de Hechos para Familias

## Medicina Alternativa



El número de americanos que usan medicina alternativa tanto para ellos mismos como para sus hijos está aumentando. Según un estudio publicado en el Journal of the American Medical Association (JAMA), un 40 por ciento de los americanos en 1997 usaba medicina alternativa y gastaba \$27 mil millones de su propio bolsillo. Seis de 10 pacientes se lo ocultaban a sus médicos.


La medicina alternativa también se conoce como medicina complementaria, holística, no convencional e integrante, y se define como la mayoría de los tipos de tratamiento que no se consideran convencionales. Convencionales son los tipos de tratamiento que más se practican o que se aceptan en la comunidad médica tradicional. La gente a menudo conoce los remedios de la medicina alternativa como «alternativos» si se usan por sí solos o «complementarios» si se usan en combinación con otras terapias alternativas o convencionales.



Los métodos más conocidos dentro de los remedios alternativos son acupuntura, homeopatía, medicina herbal, quiropráctica, terapia de masaje, naturopatía, terapia de relajación, aromaterapia, musicoterapia, megavitaminas y medicina tradicional popular. La más común es medicina herbal.

Aunque la información existente sobre el uso de medicina alternativa en niños es limitada, la mayoría de los pediatras creen que algunos de sus pacientes utilizan cuidados alternativos. La medicina alternativa es un aspecto de la salud de los niños que no se puede ignorar por más tiempo.

Algunos colegios médicos han empezado a enseñar medicina alternativa debido a la propagación y el aumento de su uso. Cada vez más hospitales y algunas organizaciones para el mantenimiento de la salud (HMO) ofrecen tratamientos de medicina alternativa y las leyes de algunos estados exigen que los planes de salud cubran esta alternativa de cuidados.



**Proporcionada por California Childcare Health Program**  
**Para más información, póngase en contacto con:**  
**Línea de la Salud 1-800-333-3212**

---

**Distribuida por:**

Los métodos alternativos para curar tienen mucha aceptación pero en la mayoría de los casos no se ha establecido su base científica. Las áreas en las que la medicina alternativa parece tener mayor aceptación son aquellas en las que la medicina convencional no da una buena solución. Algunos ejemplos son dolores crónicos de espalda, problemas gastrointestinales, artritis y trastornos alimenticios — problemas de salud causados o empeorados por situaciones de tensión o trastornos emocionales.

La decisión de usar remedios complementarios y alternativos es importante. Como buen consumidor, antes de seleccionar un método alternativo de tratamiento tiene que considerar si el tratamiento es seguro y eficaz, la experiencia y competencia del proveedor de cuidados de la salud, la calidad de los servicios y el problema médico en concreto.

### Asuntos a considerar

- En 1994 el congreso de los Estados Unidos determinó que las normas de la agencia federal que regula los alimentos y los medicamentos (Food and Drug Administration — FDA) no afectan a los «suplementos de dietas». Esto significa que no se investiga si los remedios de hierbas y alternativos son seguros y eficaces.
- Es importante entender la seguridad, la eficacia, las instrucciones para el uso y la dosis apropiada de los remedios alternativos para evitar una posible interacción o una demora peligrosa en obtener el tratamiento convencional que se necesita.
- La mayoría de los remedios de hierbas que no se han analizado son probablemente inofensivos; los utilizan sobre todo gente sana como métodos de prevención o de mantenimiento de la salud. Sin embargo, los adulterantes (ingredientes inadecuados de calidad inferior) que contienen alguno de los productos de hierbas pueden causar envenenamiento. El estimulante herbal efedra (conocido también como Ma Huang, epitonin o efedrina y anunciado como un producto legal y seguro) ha causado muertes.
- Las Reglas para la Administración de Medicamentos en su centro de cuidados infantiles gobernarán también a la medicina alternativa. Se debe limitar la administración de medicamentos a:
  - Medicamentos prescritos a un niños en concreto por un proveedor de cuidados de la salud con licencia, y
  - Medicamentos sin prescripción recomendados a un niño en concreto por un proveedor de cuidados de la salud, con permiso por escrito de los padres o guardianes e instrucciones para el centro de cuidados infantiles escritas por el proveedor de cuidados de la salud.

por A. Rahman Zamani, MD, MPH