

MEDICINA OCCIDENTAL Y TERAPIAS ALTERNATIVAS

Vivimos en el siglo XXI, un siglo de progreso e información, lleno de infinitos cambios y oportunidades: el desarrollo de la tecnología, el crecimiento de la educación, el avance de la ciencia y la medicina, - todo esto caracteriza a la dinámica de nuestros días.

Por triste que sea, aunque el progreso alcanzado por la ciencia en el terreno de la salud parece ser algo objetivamente bueno, aún hay muchísima gente que lo rechaza y da preferencia a la medicina alternativa.

Si buscamos en la muy recurrida Wikipedia, nos encontramos con esta definición de la «medicina alternativa»: son diversos procedimientos o terapias empleadas con el fin de curar a las personas, que no pertenecen al campo de la medicina convencional y que carecen de denominador común, excepto, la falta de evidencia científica de su efecto. Ahora pregunto, ¿Simplemente después de leer esta definición, no tenemos que empezar a dudar de su efectividad?

En mi opinión, es muy importante tener cuidado y estar seguro del medio escogido para tratar una enfermedad o para mejorar el bienestar físico y/o emocional. De aquí, debe ser obvio que la falta de evidencia científica es una señal indudable de cierto peligro e inseguridad. Sin embargo, la denominada pseudomedicina (o la medicina alternativa) es practicada por muchísima gente que, a pesar de la crítica constante por parte de la sociedad científica, sigue defendiendo su efectividad.

Sin ninguna duda, la obstinación que tiene la gente puede ser explicada muy sencillamente: por triste que sea, la multitud se niega a razonar y a ser objetiva. La población, en su mayoría, tiene miedo a lo desconocido (cabe notar que para muchos lo desconocido es la ciencia), y no se dedica a analizar, examinar y estudiar las bases y los efectos de ciertos procesos. De este modo, sucede una involución y aparece una sociedad enferma.

Obviamente, la gente tiene mucho más en común con un terapeuta o un pseudocientífico que, al igual que ellos, no domina la búsqueda de un tratamiento eficaz y utiliza unos términos abstractos, pero universalmente comprensibles por los «interesados»: la energía, las chakras, el alma, la vibración, el karma, etc. Si una persona no tiene una educación científica mínima, le resulta mucho más fácil confiar en este «terapeuta profesional» que llegar a entender el poder y el beneficio que tiene la ciencia. Además, es casi comprensible que, si un «médico» tiene problemas para entender las causas multifactoriales y los mecanismos de una enfermedad, o no domina el complejo proceso de llegar a un diagnóstico, esté tentado de emplear en su lugar conceptos como la homeopatía o la acupuntura, cuya base teórica es muchísimo más fácil de entender.

De hecho, nuevas terapias van apareciendo constantemente, así que si no se estudian las bases de una - se inventan las bases de otra, lo que resulta ser bastante fácil y no exigir mucho tiempo. Unos de los ejemplos más claros son la terapia que utiliza la bañera para que «no haya gravedad mientras el paciente está en el agua» o las terapias que explican que el origen de los problemas de la salud está en que la persona «se centra en el exterior y muy poco en el interior de sí misma». Parece ser algo absurdo e incluso inventado en unos 5 minutos, pero hay gente que, a pesar de tener una enfermedad genética o un problema de salud diferente y/o serio, acepta esta explicación e intenta curarse trabajando su «mundo interior» o estando en una bañera «sin gravedad».

En mi opinión, los terapeutas alternativos y sus partidarios parecen un poco como niños jugando a médicos y pacientes. Sin embargo, cada juego debe tener sus límites, ya que, aparte de no ayudar y no tener ningún efecto sobre la salud (excepto, del efecto placebo, que explicaré posteriormente), las terapias alternativas pueden resultar peligrosas, - sobre todo, cuando sustituyen a la medicina tradicional.

Así, por ejemplo, el abandono de tratamientos duros pero efectivos, como la quimio o la radioterapia, por terapias supuestamente inocuas, puede provocar la muerte del paciente.

Ahora bien, ¿qué causa el funcionamiento de la medicina no convencional? Sin ninguna duda es el efecto placebo, - un efecto positivo y beneficioso producido por un elemento que por sí mismo no tiene un efecto curativo (un placebo) en la problemática que se está tratando por el mero hecho de su aplicación. Es decir, la sustancia o el tratamiento no posee cualidades que produzcan una mejoría en la sintomatología, pero el hecho de que se está recibiendo un tratamiento provoca la creencia de que se va a mejorar, cosa que por sí misma provoca la mejoría. Las pastillas de azúcar o de color, las infusiones, los medicamentos más grandes que otros son unos de los ejemplos más comunes del placebo.

Está claro que todas las enfermedades tienen aspecto psicológico, y se ha demostrado que el estado de ánimo puede variar el bienestar del paciente. Por lo tanto, podemos decir que el efecto placebo tiene un cierto grado de utilidad, aunque, al fin y al cabo, resulta ser un autoengaño. Sin embargo, siempre hay que tener cuidado con la pseudoayuda para el tratamiento de cualquiera enfermedad: así, por ejemplo, en una enfermedad cíclica, el paciente puede sentir bienestar en la última fase del ciclo, cuando ya no hay tiempo para tomar medidas serias y realmente efectivas, que podían haber sustituido al placebo y haber salvado su vida.

Personalmente, me da mucha pena que la gente puede morir por culpa de una mentira, una mentira global que juega con lo abstracto e influye en lo concreto - en la vida de una persona. Aquí no hay y no puede haber legalidad ni base racional, y es un problema que tiene que ser examinado con rapidez. ¿Por qué algo que no implica verdadero esfuerzo ni verdadera educación puede llegar a tener la misma importancia que un producto de la ciencia, creado por un profesional cualificado? Cuando un médico investiga algo, debe tener un espíritu crítico (algo que los terapeutas a priori no tienen) y dedicar muchísimo tiempo a su trabajo, - así, para que un medicamento aparezca en el mercado, se necesitan 10-15 años de estudios, reexaminaciones y pruebas constantes. Las pastillas o infusiones terapéuticas, por su parte, salen a la venta sin tener ningún estudio previo (ya no hablo de la base científica). De aquí aparece la pregunta: ¿Cómo pueden llamarse medicamentos y qué hacen en las farmacias?

Como una vez dijo Edzard Ernst, un catedrático [1] de medicina e investigador especializado en el estudio de la medicina alternativa: "Cuando se abusa de la ciencia, secuestrada o distorsionada con el fin de servir a sistemas de creencias políticos o ideológicos, las normas éticas patinan. La pseudociencia resultante es un engaño perpetrado contra los débiles y los vulnerables. Nos lo debemos a nosotros mismos, y a los que vengan después de nosotros, permanecer en lucha por la verdad sin importar la cantidad de problemas que esto pueda causarnos. Esta frase contesta a todas mis preguntas y ayuda a sacar la conclusión más importante - tenemos que luchar contra la mentira, en nombre de la ciencia, de nuestros hijos y de la salud.

En conclusión, somos lo suficientemente libres para elegir el método del tratamiento, y lo suficientemente adultos para asumir las consecuencias. Cada uno puede creer en lo que quiere, pero lo importante es que no nos engañen y que intentemos solucionar el existente problema de la ignorancia científica lo más rápido posible.

La ciencia es para todos, y no hay que tener miedo de ella.

Jessy Ponomareva