



cancer.org | 1.800.227.2345

Métodos complementarios y alternativos para la atención del cáncer

Los términos "complementario" y "alternativo" se utilizan para describir muchos tipos de productos, prácticas y sistemas que no forman parte de la medicina convencional. Aprenda aquí cómo se utilizan para las personas con cáncer.

- [¿Qué son los métodos complementarios y alternativos?](#)
- [¿Cómo son utilizados los métodos complementarios para controlar el cáncer?](#)
- [¿Qué tipos de tratamiento del cáncer existen?](#)
- [¿Por qué es más difícil evaluar los tratamientos complementarios y alternativos?](#)
- [¿Cuáles son los riesgos de no someterse a un tratamiento convencional contra el cáncer?](#)
- [¿Puedo utilizar sin peligro un tratamiento alternativo o complementario?](#)
- [¿Están cubiertas las terapias complementarias y alternativas por mi seguro de salud?](#)
- [¿Cómo hablo con mi médico sobre los métodos alternativos y complementarios?](#)
- [El uso de un método complementario o alternativo es su decisión](#)
- [¿Cómo puedo obtener más información?](#)
- [Referencias](#)

¿Qué son los métodos complementarios y alternativos?

Los términos *complementario* y *alternativo* se utilizan para describir muchos tipos de productos, prácticas y sistemas que no forman parte de la medicina convencional. Puede que los escuche como referencia de métodos para ayudar a aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida durante el tratamiento contra el cáncer. A estos métodos los llamamos “complementarios” debido a que se usan junto con la atención médica convencional. Puede que en ocasiones escuche estos términos cuando se hable sobre métodos que afirman que previenen, diagnostican o tratan el cáncer. A estos métodos los llamamos “alternativos” debido a que se usan en lugar de la atención médica convencional.

Puede que no escuche sobre estos tratamientos de su médico o su equipo de atención contra el cáncer, pero puede que otras personas hablen de estos temas como la medicina china tradicional, la acupuntura, la hipnosis o las máquinas que supuestamente detectan y curan el cáncer. Puede que algunas personas recomienden una “purificación del cuerpo” con enemas o dietas de desintoxicación mediante ciertos alimentos o métodos de preparación especiales.

Algunos de estos métodos indican que deben administrarse por una persona que cuente con alguna formación y capacitación especial, como el arte o la musicoterapia, y puede que se ofrezcan como parte de la atención médica convencional contra el cáncer. Otros puede que sean ofrecidos por personas con formación o capacitación informal. Pueden involucrar todo desde la colonoterapia hasta sistemas completamente distintos que no hacen uso de ninguno de los tratamientos médicos empleados por su doctor. No obstante, puede que haya otros tipos de tratamiento recomendados por la persona que vende un producto en alguna tienda o comercial de TV, como productos herbarios o jugos de frutas o verduras exóticas.

Algunos métodos toman demasiado tiempo y cuestan mucho dinero, como el llevar un régimen de alimentación estricto o el tener que viajar a otro país para recibir un tratamiento especial. Otros son bastante baratos y fáciles de usar, como vitaminas, productos herbarios o remedios homeopáticos.

¿Por qué las personas con cáncer estarían interesadas en los métodos complementarios y alternativos?

Las personas con cáncer podrían considerar los métodos complementarios y alternativos debido a una variedad de razones:

- Tienen el deseo de aliviar los efectos secundarios ocasionados por el tratamiento contra el cáncer convencional sin la necesidad de tomar más medicamentos.
- Tienen interés en encontrar un enfoque de tratamiento que produzca menos

malestar debido a que pudiera ocasionar menos efectos secundarios.

- Tienen la disposición tomar un papel más participativo en mejorar su propia salud y bienestar.
- Tienen preferencia por las teorías alternativas sobre la salud y la enfermedad, así como por los tratamientos alternativos.

Los métodos complementarios y alternativos a menudo resultan atractivos debido a que emplean recursos de su propio cuerpo y mente, al igual que recursos obtenidos de la naturaleza. Algunos incluso prometen bienestar a través de métodos que suenan simples, integrales y sin efectos secundarios, algo que su médico no puede ofrecer. Otra ventaja es que todo esto son cosas que usted, y solo usted, escoge hacer.

Muchos de estos métodos casi nunca causan daños físicos, mientras que otros pueden ser peligrosos e incluso ocasionar la muerte. Pero por definición, los métodos complementarios y alternativos que afirman curar el cáncer casi en su totalidad demuestran ser ineficaces; los métodos que han demostrado combatir el cáncer de forma segura tienden a ser adoptados por la medicina convencional de manera relativamente rápida. Aun así existen métodos que han sido sometidos a estudios y que han mostrado ayudar a que la persona con cáncer se sienta mejor durante el tratamiento.

Hyperlinks

1. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

¿Cómo son utilizados los métodos complementarios para controlar el cáncer?

Algunas personas consideran que nuestro actual tratamiento médico en los EE.UU., al cual nos referiremos como el tratamiento médico convencional, es la única opción que tienen respecto al tratamiento de los síntomas y los [efectos secundarios](#)¹, alivio del [dolor](#)² y para el mejoramiento de la calidad de vida. No obstante, existen muchos tratamientos complementarios que usted puede usar de forma segura en conjunto con su tratamiento médico. Algunas personas descubren que ciertos métodos complementarios son muy útiles en ayudarles a controlar ciertos síntomas y mejorar la calidad de vida. No esperan que dichos métodos traten o curen directamente el cáncer.

Algunos centros de atención contra el cáncer cuentan con algunas terapias complementarias para sus pacientes (refiérase a “Terapia integral” en la sección titulada “[¿Qué tipos de tratamiento del cáncer existen?](#)”). Esto significa que usted puede recibir tratamientos complementarios de forma segura en su centro de atención contra el cáncer sin tener que ir a buscarlos aparte.

¿Cómo puede usted saber si el método que usted está considerando es seguro y si éste le dará resultados? La información a continuación tiene el fin de ayudarle a aprender más sobre la seguridad de estos métodos y a considerar si quiere o no usar métodos complementarios o alternativos, y cómo los usaría.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/efectos-secundarios-fisicos/dolor.html
3. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

¿Qué tipos de tratamiento del cáncer existen?

Tratamientos comprobados

¿Sabía usted que la mayoría de los medicamentos nuevos producidos en laboratorios de investigación, incluyendo aquellos que eliminan las células cancerosas en tubos de ensayo y animales, han mostrado eventualmente que no funcionan bien en el tratamiento del cáncer en los humanos? Esto lo sabemos debido a que se asume que los nuevos tratamientos médicos no son útiles hasta que mediante [estudios clínicos](#)¹ en humanos se pruebe que son eficaces.

Los médicos que recurren a los centros de atención médica convencional contra el cáncer se enfocan en los resultados de los estudios clínicos (pruebas con humanos). Los médicos no recetan medicamentos simplemente porque una empresa farmacéutica reclama que son eficaces. Todos los nuevos tratamientos médicos tienen que ser comprobados en estudios que son diseñados, supervisados cuidadosamente y revisados por expertos destacados en el tratamiento contra el cáncer. Las historias de éxito de pacientes, folletos de mercadeo, y testimonios no son suficiente evidencia para comenzar a recetar un medicamento nuevo o usar un tratamiento diferente.

Incluso los resultados de un solo estudio clínico son suficientes para probar que un tratamiento es eficaz. La evidencia va siendo acumulada, a menudo comenzando con estudios de laboratorio, continuando después con estudios en animales y luego con estudios con humanos de poco alcance. Estos se hacen antes de que los estudios clínicos de mayor alcance (con humanos) finalmente comiencen. Los estudios clínicos se necesitan para demostrar si un tratamiento en realidad es eficaz y lo suficientemente seguro para usarse en humanos.

Asimismo, los resultados de un estudio se analizan para determinar cuán bien se

ajustan a otros estudios. Las diferencias en los resultados son examinadas minuciosamente. Además, los métodos son revisados para asegurar que se usaron procedimientos científicos rigurosos. Todo esto ayuda a los médicos a aprender más sobre el tratamiento, y si éste funciona, cuándo y cómo usarlo.

Los tratamientos *comprobados* son aquellos que han sido probados de esta manera, y que han resultado ser relativamente seguros y eficaces. Los resultados de tales estudios son revelados en publicaciones médico-científicas prestigiosas. Estas revistas son las que contienen artículos que han sido estudiados por otros médicos o científicos en el campo para asegurarse de que reúnen ciertas normas antes de ser aceptados y publicados.

Los tratamientos que son probados de estas maneras son algunas veces llamados *métodos con base en la evidencia*. Por lo general, estos tratamientos son adoptados por médicos como parte de la medicina convencional. A la medicina convencional (el tratamiento habitual que usted recibe de un médico) también se le puede llamar tratamiento estándar, medicina común, tratamiento tradicional, medicina alopática o medicina occidental.

En su mayoría, los tratamientos utilizados en la medicina convencional han sido aprobados por la *Food and Drug Administration*.

Tratamientos investigativos y de investigación

Los tratamientos *investigativos o de investigación* son terapias que aún están siendo sometidas a prueba en estudios clínicos (pruebas con humanos). Si los estudios muestran que los beneficios del tratamiento superan los riesgos, puede que la FDA lo apruebe para uso habitual. Sólo en este momento es cuando el tratamiento se convierte parte del tratamiento convencional

Durante el transcurso de esta investigación, puede que el medicamento o tratamiento se ponga a disposición de los voluntarios del estudio clínico junto con el tratamiento médico convencional. En este caso, solo una parte del tratamiento empleado no es comprobado, mientras que el resto consistirá de la atención médica convencional o tradicional.

Para más información sobre la investigación y las pruebas, refiérase a nuestro documento disponible en inglés [Learning About New Cancer Treatments](#)²; y para más información sobre cómo participar en pruebas con humanos, refiérase a nuestro documento [Estudios Clínicos: lo que necesita saber](#)³.

Tratamiento complementario

La *terapia complementaria* se usa junto con el tratamiento médico convencional. Puede que algunos tratamientos complementarios ayuden a aliviar ciertos síntomas del cáncer, así como algunos efectos secundarios del tratamiento contra la enfermedad; asimismo, aumentan la sensación de bienestar en el paciente. Como ejemplos podemos mencionar la meditación para reducir el estrés, el té de menta o de jengibre y visualizaciones guiadas para ayudar a aliviar el estrés y el dolor durante los procedimientos médicos. Con el paso del tiempo, los métodos como la terapia de masaje, la relajación y la meditación han demostrado ser útiles en estudios científicos, y también han sido incorporados en el tratamiento convencional para mejorar la calidad de vida. Algunos otros métodos complementarios son utilizados por pacientes en busca de mejorar su bienestar o de aliviar los síntomas y efectos secundarios, a pesar de la falta de evidencia contundente sobre su eficacia.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer exhorta a los pacientes que estén considerando el uso de algún tratamiento complementario o no convencional a que primero consulten esto con su equipo de atención médica.

Terapia integral

Terapia integral es un término que a menudo se usa para describir el uso combinado de tratamientos convencionales y ciertos métodos complementarios. Es posible que haya escuchado el término *oncología integral*. Algunos centros y clínicas de tratamiento contra el cáncer actualmente ofrecen esta opción para los pacientes que pudieran beneficiarse de los métodos complementarios, así como de tratamientos convencionales. Los departamentos de oncología integral de los más importantes centros de atención contra el cáncer por lo general limitan la oferta de métodos complementarios a aquellos que presentan un bajo riesgo de efectos secundarios significativos, y que a su vez hayan demostrado de forma contundente que pueden ayudar a reducir los síntomas o mejorar la salud física o psicológica.

Tratamiento alternativo

La *terapia alternativa* se usa **en lugar del** tratamiento convencional. Son terapias que no han sido probadas ya que no han pasado por una prueba científica, o han sido desaprobadas; es decir que han pasado por pruebas, pero se encontró que no surten efecto.

Desaprobados: tratamientos que no quedan respaldados con evidencia

El término *desaprobado* puede que sea empleado para describir un tipo de tratamiento que ha sido estudiado lo suficiente como para determinar que no es eficaz para alguna afección dada. Dentro de la comunidad médica, tales tratamientos son descritos indicando que los estudios “no respaldan las afirmaciones de que el tratamiento es útil” contra cierto tipo de cáncer o afección. Puede que estos métodos causen un sufrimiento al no ser útiles, pues pueden hacer que el paciente retrase el uso de los métodos que pueden ser beneficiosos, o que el método alternativo realmente sea dañino.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer exhorta a los pacientes que estén considerando el uso de alguna terapia alternativa o complementaria a que primero consulten esto con su equipo de atención médica. Pero en el caso de estar considerando interrumpir un tratamiento estándar contra el cáncer que ya se haya comenzado para usar algún método alternativo en su lugar, consultarlo con el médico primero es aún más importante. Refiérase a la sección “[¿Cuáles son los riesgos de no someterse a un tratamiento convencional contra el cáncer?](#)”).

Tratamientos falsos: charlatanería y fraude

La charlatanería referida como “curanderismo” se refiere a la promoción de métodos a los que se atribuye la facultad de prevenir, diagnosticar o tratar un cáncer, los cuales se sabe que son ineficaces (desaprobados), o cuya eficacia no ha sido demostrada y que con mayor probabilidad sea falsa. Estos métodos a menudo se fundamentan en teorías sobre la enfermedad y el tratamiento que contradicen las ideas aceptadas del pensamiento científico. Los promotores de dichos métodos por lo general usan testimonios de pacientes como evidencia de la eficacia y seguridad de sus productos. En muchas ocasiones, se alega que el tratamiento cura otras enfermedades, así como en el cáncer.

El *fraude* va más allá del curanderismo. En este caso, los tratamientos son promocionados aparentemente por personas cuya intención principal sea el dinero. Algunos de estos tratamientos han sido probados y se ha determinado que no funcionan, mientras que otros han demostrado ser dañinos. Otros métodos no han sido probados, pero el vendedor aún reclama que pueden ser útiles. Para sugerencias sobre cómo evitar el fraude, refiérase a “[Cómo evadir tratamientos fraudulentos y cuestionables](#)” en la sección “[¿Puedo utilizar sin peligro un tratamiento alternativo o complementario?](#)”).

Si sospecha de fraude en cualquier clase de tratamiento médico, usted puede contactar a la *US Food and Drug Administration (FDA)*, buscando en las páginas azules de su directorio telefónico bajo “US Government”. Busque bajo el título “*Health and Human*

Services” (servicios humanos y de salud). O visite su página en Internet www.fda.gov⁴.

Si el tratamiento que se promueve es un suplemento dietético, la *Federal Trade Commission* es responsable de hacer cumplir las leyes sobre cómo se mercadea el producto. (La FDA es responsable de la forma cómo los suplementos son etiquetado. Otros grupos encargados de hacer cumplir la ley pueden intervenir con compañías o personas que ofrecen otros tipos de tratamientos o servicios fraudulentos). Sin embargo, muchas de estas compañías que venden tratamientos o servicios fraudulentos se trasladan fuera del país, donde puede que encuentren más fácil evadir a las autoridades. Usted puede denunciar publicidad engañosa y prácticas fraudulentas a la FTC en: www.ftccomplaintassistant.gov⁵ (allí haga clic en “Complaint Assistant”). Para más información sobre suplementos y cómo reportar problemas relacionados a éstos, refiérase a nuestro documento disponible en inglés [Dietary Supplements: What Is Safe?](#)⁶

Otros nombres y descripciones

Los tratamientos que no son utilizados dentro de la medicina convencional puede que sean referidos por la comunidad médica de la medicina convencional como tratamientos *poco convencionales*, *no convencionales* y *no tradicionales*. Estos términos se pueden usar para describir cualquier terapia complementaria o alternativa. Algunos tratamientos, tal como la medicina china tradicional o las prácticas curativas de los indios americanos, también son usados en terapias complementarias o alternativas. Por supuesto que para la persona que forma parte de la cultura que practica estos tratamientos, sus métodos los considerará tradicionales mientras que la medicina occidental sería el método no convencional

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/estudios-clinicos/lo-que-usted-necesita-saber.html
2. www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/complementary-and-alternative-medicine/learning-about-new-cancer-treatments.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/estudios-clinicos/lo-que-usted-necesita-saber.html
4. <http://www.fda.gov/>
5. <http://www.ftccomplaintassistant.gov/>
6. www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/complementary-and-alternative-medicine/dietary-supplements.html
7. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

¿Por qué es más difícil evaluar los tratamientos complementarios y alternativos?

Se asume que los tratamientos son seguros

Muchas personas optan por las terapias complementarias o alternativas porque piensan que no causan ningún efecto secundario perjudicial. Esto no siempre es cierto. Una de las principales preocupaciones es que, con los tratamientos alternativos, el postergar el tratamiento convencional puede permitir que el cáncer crezca y se propague a otras partes del cuerpo. Otra inquietud consiste en que se ha informado que algunas terapias complementarias y alternativas causan graves problemas o incluso muertes. Aun así, la mayoría de estas complicaciones no son informadas a la FDA por el paciente o su familia, por lo que nadie más oye hablar sobre estos problemas. Algunas veces, si el paciente recibió tratamiento posteriormente por parte de un médico que escribe un artículo sobre el problema en alguna publicación médica, puede que dicho artículo se enfoque alrededor de los efectos más graves del tratamiento en cuestión. Sin embargo, resulta claramente imposible asegurar que todos los efectos secundarios son informados y publicados.

Sabemos que ciertas vitaminas y minerales pueden aumentar el riesgo de cáncer u otras enfermedades, especialmente si se consume demasiada cantidad de éstos. Sin

embargo, cuando esto ocurre en una persona, resulta muy fácil pasar por alto cualquier vínculo entre la enfermedad y el suplemento. Se tienen que hacer estudios que incluyan grupos de muchos participantes para averiguar sobre pequeños aumentos en el riesgo.

Algunas compañías no siguen las normas de la FDA sobre los reclamos hechos y sobre la rotulación adecuada de los suplementos. En muchos de los casos, al someter a prueba a los suplementos herbarios se ha demostrado que contienen muy poco o nada de los ingredientes que indican tener. Aunque los estudios no se realizan con mucha frecuencia, cuando se hacen, invariablemente encuentran que muchos suplementos a base de hierbas no contienen lo que indica la etiqueta. Algunos incluso contienen contaminantes que podrían ser perjudiciales para ciertas personas.

Se sabe desde hace mucho tiempo que si una compañía no controla cuidadosamente sus procesos de crecimiento, cosecha, y procesos para la manufactura de su producto, es posible que sus suplementos dietéticos se afecten con contaminantes dañinos. Debido a estos tipos de problemas, se han reportado enfermedades graves e incluso muertes. Para obtener más información sobre los suplementos alimenticios, consulte [Dietary Supplements What is Safe?](#)¹

Por último, algunas de estas empresas saben que están operando ilegalmente. Algunas de estas compañías agregarán medicamentos artificiales en un suplemento “todo natural”, y al ser descubiertas se trasladarán a otro país donde las regulaciones son menos estrictas en comparación con las de Estados Unidos. O cambiarán el nombre de la compañía para continuar sus prácticas hasta que se les descubra de nuevo.

Si ha padecido algún efecto secundario grave a causa de un complemento dietético o herbal, usted puede reportarlo al programa Medwatch de la FDA (Refiérase a la sección “[¿Cómo puedo obtener más información?](#)”).

En contraste a los suplementos dietéticos y las terapias alternativas, la mayoría de los métodos complementarios diseñados para reforzar el estado mente-cuerpo son muy seguros. Es improbable que la gente llegue a tener algún problema debido a actividades como la meditación o la musicoterapia.

En el otro extremo, algunas terapias biológicas alternativas no son menos tóxicas que la quimioterapia de manera que se necesitan estudios para determinar cuán seguras son. Aun cuando los detalles de los [estudios clínicos](#)² para poner a prueba medicamentos y métodos complementarios pueden diferir un poco, los principios básicos son los mismos.

Se asume que algunos tratamientos son seguros

Existen personas que creen que los tratamientos suministrados por los que promueven los remedios tienen que ser eficaces porque se han usado por “miles de años”. La práctica del desangramiento, por ejemplo, fue empleada con mucho afán durante más de 2000 años hasta que la información demostró que no era eficaz contra la fiebre y la neumonía.

Resulta importante recordar que el hecho de que un método de tratamiento haya sido usado por muchos años no significa que sea eficaz. En periodos de la historia en los que estos tratamientos eran todo lo que había disponible, personas de todas las edades morían a raíz de enfermedades que actualmente son prevenibles, tratables y curables. No obstante, es muy común que las personas que consideran que usted debería probar estos métodos le recuerden de su largo historial.

Cuando no se han hecho estudios científicos, resulta difícil saber qué es causado por la enfermedad y qué es causado por el tratamiento. Los tratamientos herbarios que se han administrado para enfermedades que desaparecen por sí solas pueden haber recibido crédito por curar a la persona. De igual manera, el tratamiento pudiera hacer sentir mejor a la persona por un corto periodo de tiempo, pero no tiene ningún efecto a largo plazo.

El efecto expectativa

Resulta bastante común que las personas se sientan mejor después de tratar casi cualquier clase de tratamiento que esperan les ayude. A esto se le llama efecto placebo, y es una forma de efecto expectativa. El efecto placebo significa que si la persona espera que el tratamiento ayude, él o ella puede sentirse mejor después de haberlo recibido, incluso si el tratamiento no tienen ningún efecto contra el problema subyacente. Por lo general, este efecto dura sólo poco tiempo, y parece estar relacionado con la capacidad química del propio cuerpo de aliviar el dolor o ciertos otros síntomas hasta varias horas.

El efecto de expectativa también puede generarse de formas indeseadas. Una persona que espera que un tratamiento potente cause efectos secundarios puede que empiece a sentir dolor de cabeza, cansancio, náusea u otro síntoma aun cuando lo que se le administró consistía de un tratamiento falso (inactivo). A esto se le ha llamado efecto *nocebo*. Este efecto es una razón por la que los efectos secundarios se clasifican entre el grupo placebo y el grupo del tratamiento en los estudios científicos más detallados.

También hay muchas otras formas en que los estudios clínicos (estudios de

investigación en humanos) pueden mostrar efectos cuando no hay ningún efecto real. Por ejemplo, los estudios que son poco abarcadores, presentan altas tasas de abandono o no son asignados al azar pueden mostrar efectos que realmente no existen. Esto puede suceder en todo tipo de estudios de investigación, no sólo en los estudios de tratamientos complementarios y alternativos.

Cuando los estudios científicos no están diseñados e informados cuidadosamente (por ejemplo, cuando no existe un grupo de control o los participantes no son al azar), es imposible separar este tipo de efectos de algunos de los efectos del tratamiento a corto plazo. Incluso los estudios que tienen un grupo de control, pero que no usan un placebo pueden tener resultados diferentes en comparación con los que tienen un grupo de placebo.

Puede que el efecto placebo, entre otros efectos, explique una de las razones por las que las personas continúan usando ciertos tipos de métodos complementarios o alternativos que no ayudan a combatir la enfermedad subyacente. Si estas personas se sienten mejor por algunas horas, puede que valga la pena para ellas continuar usando el método siempre y cuando no les cause daño. Sin embargo, esto no significa que tendrá el mismo efecto en cada persona que trate el método, y no se espera que tenga algún efecto sobre la enfermedad subyacente. Puede leer más sobre este tema en nuestro documento [Placebo Effect](#)³.

Las pruebas no son requeridas por ley

Aunque hay requisitos sobre cómo se han de producir y rotular los suplementos dietéticos, no hay requisitos para que sean probados y así saber si en realidad son útiles o son seguros de usar.

Esto es lo opuesto de la forma en que los medicamentos convencionales son manejados por la FDA. Con los medicamentos, incluso los que se venden sin receta médica, el fabricante debe demostrar que es eficaz antes de que se pueda vender. Además, cada medicamento tiene que ser probado cuidadosamente para determinar sus riesgos y efectos secundarios con el fin de conocer con certeza que es seguro antes de que pueda estar disponible para la venta.

En contraste, la FDA no requiere prueba de que los suplementos dietéticos se hayan probado antes de estar disponibles en el mercado. A los vendedores se les permite declarar ciertas afirmaciones generales sobre la salud sin mostrar prueba, siempre y cuando no indiquen que el producto puede diagnosticar, tratar, curar o prevenir una enfermedad específica. Además, la FDA considera que la mayoría de los suplementos dietéticos son seguros hasta que se pruebe lo contrario. La responsabilidad sobre la

comprobación recae en la FDA para demostrar que un suplemento dietético no es seguro, lo que sólo puede ocurrir después de que el producto esté en el mercado.

Unas de la razones de estas diferencias es que, a diferencia de los medicamentos, los suplementos no están diseñados para tratar, diagnosticar, prevenir o curar enfermedades. Esto significa que **no se permite** que los suplementos contengan afirmaciones como “para reducir el dolor ocasionado por la artritis” o “útil contra la enfermedad del corazón”. Declaraciones como estas podrán hacerlas solo los medicamentos que hayan demostrado su eficacia en las afirmaciones que declaran. **Los productos que comprueban tener un efecto significativo sobre cualquier enfermedad son considerados medicamentos por la FDA y son estrictamente regulados.**

Asimismo, otros métodos, como la terapia de masajes, la acupuntura y el naturismo se usan ampliamente sin requerir que sean probados para determinar su eficacia. Puede que algunos proveedores de métodos complementarios y alternativos cuenten con licencia o que estén regulados bajo algunos estados del país, pero no hay una reglamentación específica a nivel nacional que regule a estos proveedores o prácticas de cierto tratamiento. Por supuesto, las regulaciones, licencias o certificados no garantizan la seguridad y eficacia del tratamiento que ofrece algún proveedor en particular, pero sí pueden brindarle información y puede que ofrezcan opciones de cómo proceder en caso de que algo resulte mal.

Los buenos estudios de investigación toman tiempo

Para algunas personas resulta difícil creer que no hay evidencia de la eficacia de los tratamientos que sus familias y amigos recomiendan. Puede que escuchen historias convincentes de alguna persona a quien le dijeron que tenía cáncer y luego, tras usar dicho tratamiento, haya logrado curarse recuperando su salud nuevamente.

Toda persona quiere creer estos relatos de esperanza. Sin embargo, los relatos sobre las curas asombrosas no pueden ser considerados como evidencia de que un tratamiento es eficaz. La mayoría de las veces, no hay manera de confirmar la veracidad de los relatos, pues a menudo no es posible tener certeza de que la persona en el relato tuvo la enfermedad, cuál tratamiento le ayudó o si posteriormente volvió a enfermarse (resulta difícil saber si la persona aún vive).

Los estudios controlados en humanos ([estudios clínicos](#)⁴) son la mejor manera de determinar si el tratamiento es eficaz. Algunos de los estudios clínicos para métodos complementarios se llevan a cabo de una manera diferente a los estudios con medicamentos y otros tratamientos convencionales. Esto es especialmente el caso

para los estudios de mayor antigüedad que se llevaron a cabo cuando dichos métodos comenzaron a ser sometidos a prueba, aunque muchos estudios presentan problemas similares en la actualidad. Los problemas comunes incluyen:

- Algunas veces el estudio no cuenta con un grupo de placebo ni siquiera con un grupo de control. Al estudiar algunos métodos (por ejemplo, la acupuntura y algunos métodos manuales), resulta casi imposible que surja un buen método de placebo para el grupo de control.
- Si existe un grupo de placebo, puede que las personas en el estudio no hayan sido escogidas al azar (es decir, asignadas aleatoriamente ya sea en un grupo o en el otro), lo que a menudo resulta en un sesgo en los resultados.
- Podría ser que no haya suficiente gente en el estudio para demostrar cualquier efecto.
- Algunas veces, incluso cuando hay un grupo de placebo, los estudios no se hacen a ciegas, lo que significa que los investigadores saben quiénes reciben un placebo o el tratamiento convencional. Conocer esta información puede conducir a resultados parcializados.

Se requiere de dinero y tiempo para llevar a cabo estudios clínicos cuidadosos. Cuánto tiempo tomará un estudio clínico dependerá en parte de lo que está siendo estudiado. Por ejemplo, puede que tome varios años demostrar que un tratamiento ayuda con la supervivencia, pero solamente pocos meses para mostrar que ayuda con las náuseas asociadas a la quimioterapia. Debido a que las compañías que producen suplementos u ofrecen terapias complementarias no están obligadas a probarlos rigurosamente, y a menudo no lo hacen antes de venderlos, la responsabilidad de comprobar las afirmaciones recae en otros investigadores.

Ya que existen muchos tipos de terapias complementarias, antes de que se publiquen estudios que demuestren si en realidad son útiles, puede que pase mucho tiempo durante el cual el producto ya ha estado a disposición en el mercado. Debido a la forma en como son preparados los estudios, las etapas iniciales de estudios de menor escala a menudo sugieren la eficacia de dichos productos, pero posteriormente con estudios de mayor preparación muestran que en realidad no son eficaces. Esto puede resultar confuso y frustrante cuando una persona desea información para tomar una decisión informada en ese preciso instante. Incluso para tratamientos que han sido estudiados, una persona que esté tratando de evaluarlos puede encontrar que los estudios iniciales muestran que parecen ser tratamientos eficaces, mientras que estudios más recientes revelan que en realidad no lo son. La información obsoleta aún sigue circulando y a veces recibe demasiada atención. Algunos comerciantes incluso promueven los estudios más antiguos y no mencionan los más recientes, lo que puede hacer más

difícil identificar qué información se debe creer.

Encontrar estudios confiables puede convertirse en un gran reto

La buena noticia consiste en que más y más médicos y científicos están actualmente estudiando los métodos complementarios con los mismos métodos cuidadosos utilizados para estudiar los medicamentos. Los resultados de muchos de estos estudios a menudo son publicados en las principales revistas médicas que son confiables. A medida que estos estudios sean completados, los pacientes y los profesionales de la atención médica contarán con mejor información al tomar decisiones sobre estos tratamientos.

La mala noticia es que algunas de las principales fuentes que los profesionales de la salud utilizan para consultar esta clase de información cada vez más están siendo afectadas por publicaciones que no son cuidadosamente revisadas. Puede que haya artículos que sean aceptados y publicados incluso cuando no contengan información precisa. La publicación médica podría no contar con los medios para una revisión por expertos, y puede que deje pasar por alto algunos tipos de errores. Cuando los medios de comunicación informan sobre estas clases de estudios, puede que no estén conscientes de estos problemas o no los reconozcan.

Si es difícil de encontrar información de una fuente experta y fidedigna sobre un método de tratamiento contra el cáncer, esto podría significar que el método aún no se ha estudiado lo suficiente como para demostrar que funciona en las personas.

Algunos investigadores publican resultados de estudios de poca calidad en publicaciones cuyos nombres puede que suenen muy similar a los nombres de publicaciones serias y respetadas. Cuando estas publicaciones reciben informes de estudios, podría ser que no cuenten con el personal calificado para revisarlos, ni con los procesos rigurosos de evaluación que deben emplearse para determinar la credibilidad de los estudios y si ameritan su publicación. Podría ser que otorguen la credibilidad al estudio en función de las afirmaciones hechas por el investigador en lugar de verificar cuidadosamente todos los métodos y los números. Podría ser que para llegar a publicar un estudio no tengan como requisito el empleo de métodos científicos hechos minuciosamente. Es posible que los errores pasen desapercibidos debido a un proceso de revisión holgado o apresurado y que terminen siendo publicados como hechos factuales. De hecho, se ha descubierto que una cantidad de publicaciones ha aceptado y publicado artículos preparados por supuestos "investigadores" quienes obtuvieron los artículos científicos al comprarlos de escritores o compañías comerciales. Esto no sólo sugiere la falta de una cuidadosa revisión, se plantea la posibilidad de sesgo en favor de los productos comerciales.

Puede que algunas de las publicaciones que sí procuran publicar información confiable aún resulten distorsionando la perspectiva accidentalmente en lugar de esclarecer el panorama científico. Por ejemplo, los estudios que muestran que un tratamiento produjo buenos resultados resultan mucho más interesantes que los que muestran que no hubo diferencia entre el grupo de control y el grupo de tratamiento. Los investigadores a menudo no se molestan en tomar el tiempo para completar manuscritos y enviarlos a las publicaciones cuando sus estudios no mostraron ningún efecto, e incluso cuando lo hacen, las publicaciones están menos interesadas en publicar dichos resultados. Esto significa que la mayoría de los estudios que cuentan con información útil que muestra que un tratamiento no funciona no se publica nunca, mientras que los pocos que sí muestran alguna diferencia sí suelen publicarse. También significa que incluso los métodos que en realidad no son eficaces por lo general contarán en su literatura con algunos cuantos estudios de menor escala que sugieren que sí lo son. Incluso cuando se publicaron más tarde estudios bien diseñados que no muestran ningún efecto, los estudios más antiguos de baja calidad se siguen publicando. A veces la gente no sabe qué creer.

Además, se sabe de gente sin escrúpulos que prepara publicaciones impresas y en Internet con el único fin de promover ciertos tipos de tratamiento. Puede que hagan afirmaciones pseudocientíficas que lucen y suenan como declaraciones científicas sin serlo realmente. Esto dificulta poder aprender más sobre dichos tratamientos, pues la información llamativa publicada por la supuesta seria publicación los hace sonar como tratamientos eficaces con pocos o ningún efecto secundario. Y muchas compañías que ofrecen productos a la venta tendrán “investigación” en sus páginas en Internet que parece bien, pero que nunca fue revelada en publicaciones médico-científicas prestigiosas. A veces las compañías incluso vincularán sus reclamaciones a los estudios de investigación reales en la Biblioteca Nacional de Medicina, a sabiendas de que la mayoría de la gente no va a leer los estudios, pero también conociendo que incluso si lo hacen, la mayoría de la gente no va a entender que los estudios no eran acerca de su producto.

Con cientos de nuevas publicaciones que han estado surgiendo en los últimos años, y cuyo número continúa en ascenso, puede resultar desafiante saber cuáles de ellas publican resultados confiables.

La conclusión es que, si no se puede encontrar información fiable de investigadores que no tienen un interés en el producto, es muy probable que la investigación que demuestra que funciona en humanos no se haya hecho. Eso significa que no hay ninguna prueba de que el método funciona en las personas.

Para más información sobre la investigación y la comprobación de los tratamientos contra el cáncer, refiérase a nuestro documento disponible en inglés [Learning About](#)

[New Cancer Treatments](#)⁵.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/complementary-and-alternative-medicine/dietary-supplements.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/estudios-clinicos/lo-que-usted-necesita-saber.html
3. www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/clinical-trials/placebo-effect.html
4. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/estudios-clinicos/lo-que-usted-necesita-saber.html
5. www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/complementary-and-alternative-medicine/learning-about-new-cancer-treatments.html
6. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

¿Cuáles son los riesgos de no someterse a un tratamiento convencional contra el cáncer?

Los tratamientos convencionales contra el cáncer como [radioterapia](#)¹, [quimioterapia](#)² y

⁴[cirugía](#)⁵ son procedimientos médicos que pueden causar malestares. Sin embargo, han sido científicamente probados y han demostrado ser eficaces en el tratamiento contra el cáncer. Aunque los efectos secundarios del tratamiento convencional contra el cáncer pueden ser severos, estos procedimientos médicos pueden ayudarle a combatir una enfermedad que atenta contra la vida.

Puede que las personas con cáncer que optan por someterse a la medicina alternativa en lugar del tratamiento convencional contra el cáncer se estén arriesgando considerablemente. Estarían renunciando al único método que ha demostrado ser eficaz para combatir su enfermedad. Las demoras o las interrupciones del tratamiento estándar pueden dar oportunidad a que el cáncer se desarrolle más. Hasta el cáncer en sus etapas iniciales puede volverse imposible de tratar exitosamente si el tratamiento eficaz es postergado lo suficiente. E incluso cuando el cáncer alcanza una etapa en que no es posible la cura, es importante recordar que la atención médica convencional aún puede ofrecer mucho en el sentido de mantener el cáncer controlado para lograr una mejor calidad de vida.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/tipos-de-tratamiento/radioterapia.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/tipos-de-tratamiento/quimioterapia.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/tipos-de-tratamiento/cirugia.html
4. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

¿Puedo utilizar sin peligro un tratamiento alternativo o complementario?

Muchas personas que padecen cáncer emplean uno o más de estos tipos de terapias alternativas o complementarias, y a menudo no informan de estas decisiones a sus médicos. El mejor enfoque es analizar cuidadosamente sus opciones. Consulte con su médico cualquier método que usted esté usando o pensando tratar. Existen muchos métodos complementarios que usted puede utilizar con seguridad junto con el tratamiento convencional para ayudar a aliviar los síntomas o efectos secundarios, mitigar el dolor y disfrutar más de la vida. Incluso si no han sido probados totalmente, usted puede optar por métodos que usualmente no causan daño y que no interferirían con su tratamiento contra el cáncer.

A continuación presentamos algunos ejemplos de métodos complementarios que algunas personas han hallado útiles y seguros cuando los emplean junto con el tratamiento médico convencional:

- **Acupuntura:** técnica en la que agujas muy delgadas son insertadas en el cuerpo para tratar un número de síntomas. Puede ayudar a aliviar el dolor leve y algunos tipos de náusea
- **Aromaterapia:** uso de sustancias fragantes, conocidas como aceites de esencia, que se destilan de plantas para alterar el humor o aliviar síntomas, como el estrés o la náusea.
- **Terapia artística:** usada para ayudar a las personas con problema psicoemocionales mediante actividades creativas para expresar sus emociones.
- **Biorretroalimentación:** tratamiento que usa dispositivos de monitoreo que ayudan a las personas a ganar control voluntariamente sobre los procesos físicos que normalmente se controlan de forma automática, tal como el ritmo cardíaco, presión arterial, temperatura, sudoración y tensión muscular
- **Caminatas en laberintos:** conlleva una caminata de meditación junto con un conjunto de senderos circulares que van al centro para luego salir nuevamente. Los laberintos también se pueden “caminar” en línea o en un pizarrón ranurado siguiendo el camino en forma de curva con un dedo
- **Terapia de masaje:** involucra manipular, frotar y sobar el músculo y el tejido suave del cuerpo. Algunos estudios sugieren que el masaje puede reducir los niveles de estrés, ansiedad, depresión y dolor, así como ayudar a estar despejado y alerta

- **Meditación:** proceso mental y corporal en el cual una persona usa la concentración o reflexión para relajar el cuerpo y calmar la mente
- **Terapia musical:** la terapia musical se ofrece por profesionales en el cuidado de la salud capacitados que usan la música para promover la curación y mejorar la calidad de vida
- **Oración y espiritualidad:** la espiritualidad es generalmente descrita como una concienciación de algo más grande que uno mismo. Con frecuencia se expresa mediante la religión y/o la oración, aunque hay muchos otros caminos de manifestación para la espiritualidad
- **Tai chi:** arte marcial chino de gran antigüedad. Consiste de un sistema mental y corporal que usa el movimiento, la meditación y la respiración para mejorar la salud y el bienestar. Ha mostrado mejorar la fortaleza y el balance en algunas personas
- **Yoga:** forma de ejercicio no aeróbico que involucra una serie de posturas precisas y técnicas de respiración

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda que consulte con el médico que trata su cáncer (oncólogo) y con el equipo de atención médica sobre cualquier tipo de tratamiento complementario o alternativo.

Preguntas que deben hacerse acerca de las terapias alternativas y complementarias

Si usted está pensando utilizar cualquier otro método en lugar del tratamiento médico que se basa en evidencia, puede que quiera considerar primero estas preguntas:

- ¿Qué afirmaciones son declaradas por el tratamiento? ¿Que alivie los síntomas o los efectos secundarios? ¿Que mejora la salud? Tenga mucho cuidado con cualquier tratamiento que indique que puede curar el cáncer. Las afirmaciones de que un tratamiento puede curar todos los cánceres o que puede curar el cáncer y otras enfermedades difíciles de tratar (incluyendo cansancio crónico, esclerosis múltiple, sida, etc.) seguramente son fraudulentas.
- ¿Qué credenciales tienen las personas que respaldan el tratamiento? ¿Son doctores en Medicina? ¿Son expertos reconocidos en la atención del cáncer, y en medicinas complementarias? Si usted está acudiendo con un doctor de medicina alternativa o complementaria, infórmese sobre su formación académica y su capacitación.
- ¿Se han realizado estudios científicos o estudios clínicos (en humanos) para determinar si el tratamiento que ofrece es eficaz? ¿Qué efectos secundarios se

han reportado?

- ¿Se han publicado los hallazgos en publicaciones confiables y de prestigio después de haber sido revisados por otros científicos expertos en ese ramo?
- ¿Cómo se provee la información sobre el método? ¿Se promueve solamente en los medios de comunicación masiva (libros, revistas populares, Internet, infomerciales y programas de entrevistas en radio y de televisión), más bien que en revistas médicas o científicas?
- ¿Está disponible el método para su uso dentro de un centro de atención médica? Una vez determinado que el tratamiento es seguro y útil, éste usualmente se adopta ampliamente por otros profesionales. Preste atención a tratamientos que sólo puede obtener en una clínica, especialmente si esa clínica está en un país con leyes de protección al paciente que son menos estrictas en comparación con las de Estados Unidos y la Unión Europea.
- ¿Qué se sabe sobre la seguridad del tratamiento? ¿Podría ser perjudicial o podría interactuar desfavorablemente con sus otras medicinas o suplementos?

Cómo evadir tratamientos fraudulentos y cuestionables

A continuación se presenta una lista de confirmación que puede usar para identificar tratamientos que pudieran prestarse a dudas. Recuerde que si algo suena demasiado bueno como para ser cierto, por lo general, ése es el caso. Si no está seguro, consulte a su médico o enfermero(a) antes de proceder al tratamiento.

- ¿Promete el tratamiento una cura para todos los tipos de cáncer?
- ¿Se le ha dicho que no utilice el tratamiento médico recomendado o estándar (convencional)?
- ¿Reclama el tratamiento ofrecer beneficios, sin causar efectos secundarios? Hasta los productos herbarios y las vitaminas producen efectos secundarios. Si el tratamiento está siendo publicitado como uno que no produce efectos secundarios, es probable que no fue sometido a estudios clínicos rigurosos en los que se habrían detectado efectos secundarios.
- ¿Es el tratamiento o el medicamento ofrecido solamente por una persona o clínica?
- ¿Requiere el tratamiento que usted viaje a otro país?
- ¿Usan los promotores términos como “gran avance científico”, cura milagrosa”, “ingrediente secreto” o “remedio ancestral”?
- ¿Se le ofrecen historias personales de resultados asombrosos, sin evidencia

científica actual?

- ¿Atacan los promotores del tratamiento a la comunidad médica o científica?

De nuevo, existen algunas terapias complementarias seguras que pueden ayudarle a sentirse mejor. Sin embargo, existen otros tratamientos que le pueden causar daño. Antes de invertir dinero y tiempo en cualquier medicina no tradicional, por favor, hable con su médico para saber si ésta puede o no ayudarle en su lucha contra el cáncer.

Hyperlinks

1. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

¿Están cubiertas las terapias complementarias y alternativas por mi seguro de salud?

Muchas compañías de seguro de salud están empezando a cubrir algunos de los métodos de tratamiento complementarios más ampliamente aceptados. Muchas de las compañías aseguradoras más importantes, incluyendo Blue Cross y Medicare, ofrecen cobertura de uno o más métodos de tratamiento complementario. La acupuntura y los procedimientos quiroprácticos están entre las terapias mayormente cubiertas. Póngase en contacto con su compañía de seguros para saber qué incluye su cobertura.

De ser posible, solicite a su médico que le recete o remita con una recomendación para la terapia complementaria que desea emplear. Muchas compañías de seguro requieren que el método demuestre ser razonable y médicamente necesario, y posteriormente puede que sea útil contar con la recomendación del médico.

Las compañías de seguro médico por lo general no ofrecen cobertura para métodos que no se haya sometido a prueba para demostrar su eficacia para la enfermedad o los síntomas que usted tenga.

Hyperlinks

1. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

¿Cómo hablo con mi médico sobre los métodos alternativos y complementarios?

Muchas personas con cáncer temen hablar con sus médicos sobre los métodos complementarios y alternativos. Es verdad que puede que muchos médicos no sepan sobre los usos, riesgos y beneficios potenciales de estos tratamientos no convencionales. Esta falta de conocimiento puede agrandar la brecha entre el paciente y el médico respecto al uso de métodos complementarios junto con el tratamiento

estándar contra el cáncer. Pero esto no tiene por qué detenerle. Usted puede cerrar esta brecha de diversas formas:

- Busque información de fuentes respetables en las que usted confíe respecto a los beneficios potenciales y los riesgos del tratamiento que usted esté considerando.
- Al compartir esta información con su médico, procure hacerlo de una manera que muestre que usted sabe que su médico desea lo que sea mejor para usted. Hágale saber sobre su interés por un tratamiento complementario y que usted desea asegurarse que no interferirá con su tratamiento médico estándar.
- Si usted está considerando un tratamiento alternativo, informe bien a su médico sobre ello. Pregunte a su médico sobre cualquier estudio hecho acerca de este método, así como cuáles opciones podría haber si el tratamiento alternativo no es eficaz.
- Prepare una lista con las preguntas e inclúyala junto con toda la demás información de la que usted desea hablar con su médico. Solicite a su médico que sea comprensivo a medida que aprenden más sobre otras opciones y su proceso de tratamiento.
- Traiga a un amigo o familiar a sus consultas con el médico para que le apoye en lo que requiera. Su ser querido también podrá ayudarlo a comunicarse con su médico y aliviar parte del estrés al no tener que tomar decisiones por sí mismo(a) sin consultarlo con alguien más.
- Escuche lo que el médico tenga que decirle y procure entender su punto de vista. Si el tratamiento que usted está considerando interferirá con su tratamiento médico, hablen de otras opciones que sean más seguras.
- No postergue ni omita el tratamiento estándar sin advertir a su médico. Si está considerando no someterse o no seguir con el tratamiento convencional, por favor hable con su médico al respecto. Incluso cuando puede que decida darse por vencido(a) con el único tratamiento comprobado contra el cáncer, aún sigue siendo una decisión suya por tomar.
- Asegúrese de preguntar a su médico si hay métodos convencionales para el tratamiento de los efectos secundarios que esté teniendo o para los síntomas que tenga durante y tras el tratamiento. Existen muchos tratamientos médicos de apoyo que pueden hacerle sentir mejor.
- Si está tomando suplementos vitamínicos y minerales, prepare una lista de todo lo que está tomando y la cantidad. Muchos de estos suplementos pueden causar reacciones adversas con sus otros medicamentos, por lo que deberá hablar con su médico y su farmacéutico sobre sus suplementos y medicamentos. Informe a su equipo de atención médica sobre cualquier cambio que requiera hacer en su uso

de suplementos.

- Si usted es una mujer en estado de embarazo o en periodo de lactancia, pregunte sobre los riesgos y los efectos de los métodos complementarios o alternativos. Nunca administre productos herbarios a los niños sin consultarlo primero con el médico de sus hijos.
- Solicite a su médico que le ayude a identificar los posibles fraudes en tratamientos y productos (refiérase a la lista en “Cómo evadir tratamientos fraudulentos y cuestionables” bajo la sección “¿Puedo utilizar sin peligro un tratamiento alternativo o complementario?”).

Hyperlinks

1. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

El uso de un método complementario o alternativo es su decisión

Es común encontrar información con mucho menos calidad y objetividad sobre métodos complementarios y alternativos en comparación con la información sobre los tratamientos convencionales. Ésta es una de las razones por las que algunas veces resulta imposible decir mucho sobre si es probable que un método complementario le ayude o qué seguro pudiera ser. Por esta razón usted debe tratar de informarse todo lo

posible sobre cualquier tratamiento antes de usarlo. Incluso si cierta información no está disponible, las limitaciones de lo que se conoce pueden ayudar a tomar su decisión.

El uso de los métodos complementarios y alternativos queda a su elección. Puede emplearlos de forma más segura si usted:

- Se informa sobre los riesgos y beneficios de cada terapia de fuentes científicas confiables.
- Habla con su médico acerca de lo que usted esté contemplando. Pregunta sobre los riesgos y beneficios, y se informa sobre las posibles reacciones que habría con los tratamientos convencionales.
- Le solicita a su médico o equipo de atención médica que le refieran a alguien confiable en caso de requerir los servicios de algún doctor en medicina no convencional (como masaje terapéutico).
- Habla con su médico antes de auto recetarse algún remedio en lugar de tomar el medicamento que el médico le recetó.
- Se asegura de saber si estaría dejando de emplear algún tratamiento comprobado por uno que no lo está (si decide hacerlo, pregunte a su médico primero cuáles podrían ser sus opciones en caso de que el tratamiento alternativo no sea eficaz).
- No renuncia a un tratamiento comprobado por uno que está desaprobado. (un tratamiento desaprobado no es lo mismo que uno que no está comprobado, el cual aún podría estar sujeto a ser estudiado. Los métodos desaprobados ya fueron sometidos a estudios y se determinó que no son eficaces).
- Está alerta de las señales que indican fraude o afirmaciones engañosas.
- Tiene en cuenta que la mayoría de los métodos complementarios y alternativos no han sido probados para su seguridad en mujeres en estado de embarazo o de lactancia, y los efectos que pueden tener sobre el feto o niño lactante se desconocen.
- Habla con el médico de su hijo antes de administrarle suplementos u otros remedios.

Para más información sobre cualquier tratamiento, llámenos para saber todo lo que podemos ofrecerle al momento de tomar una decisión.

Hyperlinks

1. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

¿Cómo puedo obtener más información?

Más información de la Sociedad Americana Contra El Cáncer

La siguiente información sobre terapias complementarias y alternativas también puede serle útil. Estos materiales se pueden leer en nuestro sitio Web u ordenarlos a través de nuestra línea gratuita de teléfono (1-800-227-2345).

[*Dietary Supplements: What Is Safe?*](#)¹

[*Learning About New Cancer Treatments*](#)²

[*Learning About New Ways to Prevent Cancer*](#)³

[*Placebo Effect*](#)⁴

[*Estudios clínicos: lo que necesita saber*](#)⁵

American Cancer Society Operational Statement on Complementary and Alternative Methods of Cancer Management

Organizaciones nacionales y sitios en Internet*

Existe un gran interés por las terapias complementarias y alternativas. El Internet hace posible que la gente comparta ideas e información muy rápidamente. Pero muy a menudo, la información en Internet es generada por promotores de tratamientos ineficaces. Además de la Sociedad Americana Contra El Cáncer, se presenta a continuación la siguiente lista parcial de sitios Web y números de teléfonos de organizaciones de buena reputación que ofrecen información confiable sobre tratamientos complementarios y alternativos.

National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH) Línea telefónica gratuita: 1-888-644-6226 TTY: 1-866-464-3615 Sitio Web: <https://nccih.nih.gov/>⁶

- Cuenta con información sobre temas relacionados a las terapias complementarias y alternativas, al igual que sobre estudios clínicos.

Memorial Sloan Kettering Cancer Center Sobre productos herbarios y de medicina botánica Sitio Web: www.mskcc.org/cancer-care/integrative-medicine/about-herbs-botanicals-other-products⁷

- Para información basada en evidencia sobre hierbas, remedios hechos a base de plantas, suplementos, y más

Dirección de Alimentos y Medicamentos (FDA) de los EE.UU. Teléfono sin cargos: 1-888-463-6332 Sitio Web: www.fda.gov/Food/DietarySupplements/default.htm⁸

- Aprenda más sobre suplementos dietéticos y herbales. Usted puede reportar sobre efectos secundarios o reacciones adversas (efectos perjudiciales o negativos) causados por un complemento dietético a Medwatch al 1-800-FDA-1088 (1-800-332-1088) o visite www.fda.gov/Safety/MedWatch⁹

United States Department of Agriculture, Food and Nutrition Information Center Teléfono: 1-301-504-5414 Sitio Web: <http://fnic.nal.usda.gov>¹⁰

- Aprenda sobre complementarios dietéticos, vitaminas y minerales. Seleccione "Dietary Supplements" de la barra del menú a la izquierda.

National Cancer Institute Línea telefónica gratuita: 1-800-4-CANCER (1-800-422-6237) TTY: 1-800-332-8615 Sitio Web: www.cancer.gov¹¹

- Para información sobre terapia complementaria y alternativa visite: www.cancer.gov/about-cancer/treatment/cam¹²

United States Federal Trade Commission Teléfono sin cargos: 1-877-382-4357 Sitio Web: www.ftc.gov/curious¹³

- Aprenda sobre anuncios, ofertas, y fraudes relacionados con el cáncer, así como tratamientos que no han sido probados. También puede registrar quejas que pueden ayudar a detectar patrones de conducta impropia y conducir a investigaciones y acusaciones. (FTC no resuelve quejas individuales de consumidores).

Consejo Nacional Contra el Fraude a la Salud (*National Council Against Health Fraud*) www.ncahf.org¹⁴

- Una agencia de salud, sin fines de lucro, privada y de voluntarios que está atenta a información errónea, fraude y curanderismo como problemas de salud pública

Quackwatch Sitio Web: www.quackwatch.org¹⁵

- Una red internacional de personas que están preocupadas sobre los fraudes, mitos, novedades, falacias y conducta indebida relacionados con la salud. Se enfoca principalmente en información relacionada con curanderismo que es difícil o imposible de obtener en algún otro lugar.

**La inclusión en esta lista no implica la aprobación de la Sociedad Americana Contra El Cáncer.*

Independientemente de quién sea usted, nosotros le podemos ayudar. Contáctenos para obtener información y apoyo. Llámenos al **1-800-227-2345** o visítenos en www.cancer.org.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/complementary-and-alternative-medicine/dietary-supplements.html
2. www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/complementary-and-alternative-medicine/learning-about-new-cancer-treatments.html
3. www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/complementary-and-alternative-medicine/learning-about-new-cancer-prevention-methods.html
4. www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/clinical-trials/placebo-effect.html
5. www.cancer.org/content/cancer/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/estudios-clinicos/lo-que-usted-necesita-saber.html
6. <https://nccih.nih.gov/>
7. <http://www.mskcc.org/cancer-care/integrative-medicine/about-herbs-botanicals-other-products>
8. <http://www.fda.gov/Food/DietarySupplements/default.htm>
9. <http://www.fda.gov/Safety/MedWatch>
10. <http://fnic.nal.usda.gov/>
11. <http://www.cancer.gov/>
12. <http://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/cam>
13. <http://www.ftc.gov/curious>
14. <http://www.ncahf.org/>
15. <http://www.quackwatch.org/>
16. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

Referencias

Bausell RB. *Snake Oil Science*. New York 2007. Oxford University Press.

Beyerstein BL. Distinguishing science from pseudoscience, rev. 1996. Victoria, B.C.: The Centre for Curriculum and Professional Development. Accessed at: www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/revsalud/beyerstein_cience_vs_pseudoscience.pdf on May 18, 2011. Content no longer available.

Gansler T. Expert Voices: Can you trust that medical journal? American Cancer Society. Accessed at <http://www.cancer.org/cancer/news/expertvoices/post/2013/04/18/can-you-trust-that-medical-journal.aspx> on March 13, 2015.

Federal Trade Commission Facts for Consumers. Miracle Health Claims. Accessed at: <http://www.consumer.ftc.gov/articles/0167-miracle-health-claims> on March 13, 2015.

Link J, Haggard R, Kelly K, Forrer D. Placebo/nocebo symptom reporting in a sham herbal supplement trial. *Eval Health Prof*. 2006;29:394-406.

National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH). Credentialing CAM Providers: Understanding CAM Education, Training, Regulation, and Licensing. Accessed at <https://nccih.nih.gov/health/decisions/credentialing.htm> on March 13, 2015.

New York Attorney General Office. A.G. Schneiderman Asks Major Retailers To Halt Sales Of Certain Herbal Supplements As DNA Tests Fail To Detect Plant Materials Listed On Majority Of Products Tested. Accessed at <http://www.ag.ny.gov/press-release/ag-schneiderman-asks-major-retailers-halt-sales-certain-herbal-supplements-dna-tests> on March 13, 2015.

Newmaster SG, Grguric M, Shanmughanandhan D, et al. DNA barcoding detects contamination and substitution in North American herbal products. *BMC Medicine* 2013, 11:222. Accessed at <http://www.biomedcentral.com/1741-7015/11/222> on March 13, 2015.

Seigworth GR. Bloodletting over the centuries. *New York State Medical Journal*, 1980, 2022-2028. Reprinted by the Educational Broadcasting Corporation. Accessed at <http://www.pbs.org/wnet/redgold/basics/bloodlettinghistory.html> on March 13, 2015

Sharfstein JM. Oversight of Dietary Supplements (US FDA), May 26, 2010 Statement to the Special Committee on Aging, US Senate. Accessed at www.fda.gov/NewsEvents/Testimony/ucm213531.htm on March 13, 2015.

US Food and Drug Administration. An FDA Guide to Dietary Supplements. Accessed at: www.fda.gov/fdac/features/1998/598_guid.html on May 26, 2009. Content no longer available.

US Food and Drug Administration, Center for Food Safety and Applied Nutrition. Dietary Supplement Current Good Manufacturing Practices (CGMPs) and Interim Final Rule (IFR) Facts. June 22, 2007. Accessed at <http://www.fda.gov/food/guidanceregulation/cgmp/ucm110858.htm> on March 13, 2015.

US Food and Drug Administration, Center for Food Safety and Applied Nutrition. Dietary Supplement Health and Education Act of 1994. Accessed at www.fda.gov/RegulatoryInformation/Legislation/FederalFoodDrugandCosmeticActFDCAct/SignificantAmendmentstotheFDCAct/ucm148003.htm#sec4 on March 13, 2015.

US Food and Drug Administration. Label Claims for Conventional Foods and Dietary Supplements, December 2013. Accessed at <http://www.fda.gov/Food/IngredientsPackagingLabeling/LabelingNutrition/ucm111447.htm> on April 24, 2015.

Hyperlinks

1. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Revised: July 20, 2015

La información médica de la La Sociedad Americana Contra El Cáncer está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor escriba a permissionrequest@cancer.org (<mailto:permissionrequest@cancer.org>)¹.

cancer.org | 1.800.227.2345