

## Puntos clave

- Muchos pacientes con cáncer usan la medicina integrativa (IM, por sus siglas en inglés) para ayudar a aliviar sus síntomas de cáncer y disminuir los efectos secundarios del tratamiento del mismo.
- La medicina integrativa combina la medicina estándar (por ejemplo, cirugía, quimioterapia, radioterapia e inmunoterapia) con terapias complementarias seguras y eficaces.
- Las terapias complementarias son tratamientos que se usan junto con los tratamientos estándares, pero que no se consideran formas de atención médica estándar. Algunos ejemplos de terapias complementarias incluyen la acupuntura, la meditación, el masaje terapéutico y el yoga.
- No se ha comprobado que ningún tratamiento médico complementario pueda curar el cáncer, pero algunos tratamientos complementarios pueden ayudar a los pacientes con cáncer a manejar sus síntomas, o los efectos secundarios del tratamiento, y fomentar su bienestar. Estos tratamientos pueden ayudar a los pacientes que padecen de ansiedad, fatiga, náuseas, dolor o estrés.
- Algunas terapias complementarias, especialmente los productos naturales para la salud, tales como las hierbas y los suplementos, tienen sus propios efectos secundarios y pueden interferir con los tratamientos estándares contra el cáncer. Es importante hablar sobre las terapias complementarias con los profesionales médicos. Esto permitirá a sus médicos desarrollar un plan integral de tratamiento que incorpore terapias complementarias seguras y eficaces.
- Nunca debe usar productos o prácticas que no han sido comprobados a fin de reemplazar o retrasar un tratamiento médico estándar para el cáncer.

## Introducción

Los pacientes con cáncer pueden padecer de problemas físicos y emocionales debido a la enfermedad o su tratamiento. Muchos pacientes están explorando las opciones de medicina integrativa (IM, por sus siglas en inglés) para reducir el estrés, prevenir o reducir al mínimo los efectos secundarios y síntomas, y apoyar su salud y curación. La medicina integrativa combina la medicina estándar (por ejemplo, cirugía, quimioterapia, farmacoterapia y radioterapia) con terapias complementarias seguras y eficaces. Los tratamientos estándares se basan en la investigación científica, y los expertos en el campo de la medicina los aceptan como tratamientos adecuados para las enfermedades. Se han realizado menos investigaciones sobre las terapias complementarias.

Las terapias complementarias comprenden una variedad de filosofías, enfoques y terapias de curación que adoptan un enfoque más holístico de la atención, con el fin de tratar la mente, el cuerpo y el espíritu. Son ejemplos de terapias complementarias:

- El masaje terapéutico
- La acupuntura
- La meditación
- El yoga
- La musicoterapia

Al integrar las terapias complementarias en los planes de tratamiento tradicionales, los profesionales médicos son más capaces de ocuparse de las necesidades físicas, emocionales y espirituales de sus pacientes.

Actualmente, los investigadores están explorando los posibles beneficios de la medicina integrativa. El Centro Nacional de Salud Complementaria e Integral (NCCIH, por sus siglas en inglés) y la Oficina de Medicina Complementaria y Alternativa para el Cáncer (OCCAM, por sus siglas en inglés) del Instituto Nacional del Cáncer apoyan las investigaciones en las que las terapias complementarias se someten a los mismos estándares científicos rigurosos que se usan para evaluar los tratamientos médicos. Los investigadores trabajan con el fin de definir qué tratamientos son prometedores, eficaces y seguros.

Se han estudiado algunas terapias complementarias y se ha demostrado su seguridad y sus beneficios para los pacientes con cáncer. Por ejemplo, hay algunas terapias complementarias que ayudan a los pacientes a manejar los efectos secundarios relacionados con el tratamiento del cáncer, tales como las náuseas, la fatiga y el dolor. Sin embargo, hay poca o ninguna evidencia de la seguridad ni la eficacia de otras terapias complementarias. Por este motivo, es importante que los pacientes averigüen todo lo que puedan sobre estas terapias y que soliciten información a los profesionales médicos que los atienden, antes de utilizarlas.

Un número creciente de hospitales, centros oncológicos y profesionales médicos ofrecen terapias complementarias como parte del plan de tratamiento del paciente. Varios de los centros oncológicos más importantes han empezado a ofrecer servicios de medicina integrativa para que los pacientes y sus familias puedan acceder fácilmente a las terapias complementarias, tales como la musicoterapia, el masaje terapéutico, la acupuntura, la meditación y el yoga. Como resultado, algunos pacientes que aprovechan estas terapias pueden recibir sus tratamientos complementarios y sus tratamientos primarios para el cáncer en el mismo centro.

### Los beneficios y riesgos de las terapias complementarias

Cada vez más personas utilizan las terapias complementarias como una manera de ayudar a manejar los síntomas, reducir los efectos secundarios y recuperar y promover un sentido de control y vitalidad. Aproximadamente dos de cada tres pacientes con cáncer han probado al menos una terapia complementaria como parte de su atención médica para el cáncer.

Existe evidencia científica de que ciertas terapias complementarias alivian los síntomas relacionados con el cáncer y los efectos secundarios del tratamiento, tales como las náuseas y la fatiga. Por ejemplo, se ha evaluado la acupuntura en varios estudios, y ahora es reconocida como un método seguro para el manejo de las náuseas y los vómitos asociados con la quimioterapia en algunos pacientes. Muchas terapias complementarias son ligeras, relajantes y mínimamente invasivas, y ofrecen a los pacientes formas de desarrollar su autoestima y una conciencia de su fortaleza interior. Algunas técnicas son “pasivas” y exigen una participación limitada, por ejemplo, el masaje y la aromaterapia, mientras que otras son “activas”, por ejemplo, el yoga y el tai chi.

Aún así, hay relativamente pocos estudios sobre la seguridad y la eficacia de la mayoría de las terapias complementarias. Hasta el momento, no existe evidencia clínica definitiva de que ninguna terapia complementaria pueda retrasar la progresión del cáncer. Los productos o prácticas que no

han sido comprobados no deberían usarse para reemplazar o posponer un tratamiento médico estándar. Demorar el tratamiento médico tradicional del cáncer puede ser peligroso y reducir las posibilidades de una remisión o cura. Los tratamientos presentados como alternativas a las terapias estándares para el cáncer sólo deberían considerarse dentro del contexto de ensayos clínicos (vea la sección titulada *Tratamientos en fase de investigación* en la página 5).

A pesar de que algunos pacientes creen que las terapias complementarias y alternativas son naturales y seguras, existen resultados de investigaciones que indican que no todas ellas son inocuas. Los pacientes con cáncer deberían consultar con los profesionales médicos encargados de su atención antes de usar alguna terapia complementaria para cualquier fin, ya sea que esté o no relacionado con el cáncer. Los siguientes son ejemplos de cómo las terapias complementarias y alternativas podrían afectar negativamente a los pacientes.

- Si bien se necesita la aprobación de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) para recetar medicamentos para una afección o enfermedad específica, las terapias con vitaminas o suplementos a base de hierbas no se consideran medicamentos, sino alimentos. A diferencia de los medicamentos, no tienen que ser evaluados por la FDA antes de estar a disposición de los consumidores, por lo que a menudo se desconocen su eficacia y seguridad.
- Pocos productos a base de hierbas han sido evaluados para determinar su calidad o efectos secundarios. La calidad de los productos varía mucho, ya que los distintos productos pueden tener diferentes concentraciones de los ingredientes activos. Además, algunos suplementos a base de hierbas pueden estar contaminados con microorganismos, pesticidas y metales pesados que pueden causar daño a los pacientes, especialmente a aquellos que están gravemente enfermos. También existe la inquietud de que algunos suplementos a base de hierbas pueden causar reacciones alérgicas, problemas gastrointestinales, daño hepático o daño en los nervios.
- Algunos suplementos a base de hierbas pueden aumentar o disminuir los efectos de otros medicamentos, o podrían interferir con el metabolismo de los medicamentos, disminuyendo así su eficacia. Por ejemplo, la hierba de San Juan, que se usa a veces para el tratamiento de la depresión, puede disminuir la eficacia de algunos tratamientos del cáncer, como el imatinib (Gleevec®). Al contrario, algunas hierbas pueden aumentar la eficacia de un medicamento, causando así más efectos secundarios. Algunas hierbas pueden afectar el funcionamiento de los anticoagulantes, como la warfarina, y hacer que la sangre sea demasiado líquida o demasiado espesa, lo cual aumenta el riesgo que tiene el paciente de presentar sangrados o coágulos sanguíneos.

- De manera similar, las vitaminas en dosis altas también pueden provocar efectos secundarios indeseados. Las vitaminas pueden causar efectos adversos y tienden a interactuar con otros medicamentos y suplementos alimenticios. Por ejemplo, se ha demostrado en algunos estudios que las dosis altas de vitamina C pueden reducir la eficacia de los medicamentos quimioterapéuticos en pacientes con leucemia, linfoma y mieloma múltiple. Algunos tratamientos quimioterapéuticos utilizan radicales libres para destruir las células de cáncer. Es posible que la vitamina C neutralice estos radicales libres y reduzca la eficacia de varios medicamentos quimioterapéuticos, tales como la doxorubicina, el metotrexato y el cisplatino.

Muchos oncólogos recomiendan a sus pacientes que eviten estos productos durante la quimioterapia y la radioterapia. Los pacientes no deberían usar ningún suplemento alimenticio durante el tratamiento del cáncer, a menos que lo prescriba un médico.

La FDA y la Comisión Federal de Comercio (FTC, por sus siglas en inglés) han advertido al público que estén conscientes de los tratamientos fraudulentos del cáncer. El Internet está lleno de “curas milagrosas”, “grandes avances científicos” e “ingredientes secretos” para tratar o prevenir el cáncer. Algunos de estos tratamientos fraudulentos pueden ser peligrosos y causar daño físico. Otros tratamientos fraudulentos pueden causar daño indirecto al retrasar o interferir con los tratamientos eficaces comprobados. Todo paciente que esté considerando usar un producto contra el cáncer que haya visto en un anuncio publicitario debería hablar primero con el profesional médico encargado de su atención.

### ¿Qué tipos de terapias complementarias están disponibles?

Las terapias complementarias se pueden agrupar en cinco categorías principales:

**1. Sistemas médicos tradicionales/antiguos.** Entre estos sistemas se incluyen la medicina china tradicional, la medicina ayurvédica, la homeopatía y la naturopatía. La medicina china tradicional hace hincapié en el equilibrio del chi o energía vital. En este sistema, la enfermedad se define como un trastorno del equilibrio de la energía vital o de varios sistemas de órganos. La medicina ayurvédica es un sistema de curación que evolucionó a partir de las enseñanzas de la antigua India. Hace énfasis en el uso del cuerpo, la mente y el espíritu para prevenir y tratar las enfermedades, y procura lograr la armonía dentro de la persona. La homeopatía y la naturopatía son sistemas de salud alternativos que han formado parte de la cultura occidental durante los últimos siglos. La acupuntura, la medicina a base de hierbas y los ejercicios de restauración física son ejemplos de técnicas empleadas en los sistemas médicos alternativos.

**2. Intervenciones mente-cuerpo.** Las intervenciones mente-cuerpo utilizan estrategias para mejorar la capacidad de la mente de ejercer un efecto sobre la salud física. Estas intervenciones tienen como objetivo ayudar a los pacientes a relajarse, reducir el estrés y aliviar los síntomas asociados con el cáncer y su tratamiento. Algunos ejemplos son la meditación, la hipnosis, el yoga, el tai chi y la musicoterapia.

**3. Tratamientos con fundamentos biológicos.** Estas terapias consisten en el uso de sustancias que se encuentran en la naturaleza, tales como hierbas, alimentos, vitaminas y otros suplementos alimenticios. Pocos productos a base de hierbas han sido evaluados para determinar sus efectos secundarios o calidad. Sin embargo, la FDA puede retirar un producto del mercado si se considera que es dañino.

**4. Terapias manipulativas y basadas en el cuerpo.** Estos métodos se basan en la manipulación y/o el movimiento de una o más partes del cuerpo. Estas terapias se pueden usar para el tratamiento del dolor, el estrés y la ansiedad, y para mejorar el bienestar general del paciente. Algunos ejemplos son el tratamiento quiropráctico, el masaje terapéutico y la reflexología.

**5. Terapias de energía.** Estas terapias se concentran en la energía que se origina dentro del cuerpo (biocampos) o a partir de fuentes externas (campos electromagnéticos). El objetivo de la terapia de energía es equilibrar la energía que fluye a través del paciente. Las terapias tales como el reiki, el toque curativo, el Qi gong y la terapia de campo magnético interactúan con los niveles de energía del cuerpo para reducir el estrés y la ansiedad, y para promover el bienestar.

### Terapias complementarias para los síntomas de cáncer y los efectos secundarios del tratamiento

Los equipos de especialistas en medicina integrativa evalúan las necesidades físicas, emocionales y espirituales de cada paciente, y luego recomiendan incorporar terapias y cambios de estilo de vida específicos como parte de un plan de tratamiento integral. Cuando los miembros del equipo aconsejan a los pacientes sobre las diferentes terapias complementarias, ellos toman en cuenta la evidencia científica, los riesgos y beneficios que han sido identificados y las preferencias particulares de cada paciente.

Las terapias complementarias no dan resultado en todas las personas. A pesar de que algunos pacientes hallan alivio en las terapias complementarias, algunos creen que son ineficaces o han notificado problemas. Los beneficios pueden variar de persona a persona. La siguiente es una lista parcial de terapias complementarias:

- **Acupuntura.** La acupuntura se ha usado en China por miles de años como parte de la medicina china tradicional. Los acupunturistas introducen agujas muy finas a través de la piel en lugares estratégicos, conocidos como puntos de acupuntura. A veces se usa calor y presión junto con las agujas. Existe considerable evidencia de que la acupuntura puede aliviar las náuseas y los vómitos relacionados con el tratamiento en los pacientes con cáncer. La evidencia es contradictoria en cuanto a que la acupuntura alivia otros síntomas del cáncer, tales como el dolor, la fatiga, la ansiedad, los problemas para dormir, la sequedad en la boca y la neuropatía, pero es una opción que se puede emplear si los síntomas son graves y las terapias tradicionales no son eficaces. Es importante que los acupunturistas sigan procedimientos estrictos en cuanto al uso de agujas limpias; deben usar un nuevo equipo de agujas desechables para cada paciente.
- **Aromaterapia.** La aromaterapia es el uso de los aceites esenciales de las plantas. Por lo general, los aceites esenciales se usan en una forma diluida para masajear el cuerpo, o se pueden mezclar con agua e inhalar por medio de un difusor. Es posible que la aromaterapia surta efecto enviando mensajes químicos al área del cerebro que afecta el estado de ánimo y las emociones. Hay indicios de que el masaje con aromaterapia puede ayudar a reducir el estrés, la ansiedad y la fatiga en los pacientes con cáncer.
- **Ejercicio.** Cada vez hay más evidencia que sugiere que el ejercicio físico (caminar, nadar, hacer entrenamiento de fuerza, etc.) alivia la fatiga y aumenta los niveles de energía del paciente con cáncer. Los pacientes que hacen ejercicio se sienten menos cansados y deprimidos, y duermen mejor que los pacientes que no lo hacen. El ejercicio da resultado por medio del mantenimiento o aumento de la resistencia y fuerza de la persona. Los pacientes deberían consultar con el equipo de profesionales médicos encargados de su atención antes de empezar un programa de ejercicios. Algunos pacientes son remitidos a fisioterapeutas para que se les hagan una evaluación física y los ayuden a desarrollar un plan de ejercicios. El plan de ejercicios del paciente debe ser individualizado según su edad, tipo de cáncer y estado físico.
- **Hipnosis.** La hipnosis es un estado parecido a un trance (similar al ensueño) en el cual el cuerpo se relaja, pero la mente está activa. Un terapeuta con capacitación especial puede dirigir al paciente para que se concentre en pensamientos, sentimientos, imágenes, sensaciones o comportamientos específicos. Mientras que la persona está bajo los efectos de la hipnosis, puede que se sienta calmada, relajada y más abierta a sugerencias positivas que tienen como fin reducir los síntomas físicos, tales como el dolor, la ansiedad, las náuseas y los vómitos.
- **Masaje.** Las investigaciones sugieren que el masaje puede ayudar a aliviar los síntomas como el dolor y la ansiedad en los pacientes con cáncer. La terapia de masaje consiste en la aplicación de presión a los músculos y al tejido conjuntivo para reducir la tensión y el dolor, mejorar la circulación y promover la relajación. Los pacientes deberían consultar con un profesional médico antes de empezar la terapia de masaje para averiguar si es necesario tomar alguna precaución especial en su caso. Por ejemplo, el masajista no debe usar presión intensa, especialmente cerca de ganglios linfáticos agrandados, o en áreas de la piel sensibles debido a la radioterapia.
- **Meditación.** La meditación es una práctica mente-cuerpo que permite una concentración profunda y aumenta la conciencia. La meditación tiene una larga historia de uso para aumentar la calma y la relajación física, mejorar el equilibrio psicológico y reforzar el estado de salud general y el bienestar. La forma de meditación más ampliamente estudiada en los pacientes con cáncer es un enfoque de varios componentes llamado programa de reducción del estrés basado en la atención plena (mindfulness-based stress reduction o MBSR, en inglés), que comprende la meditación, el yoga y las dinámicas de grupo. Esta técnica puede aliviar la ansiedad, el estrés, la fatiga y los trastornos del sueño en los pacientes con cáncer.
- **Musicoterapia.** La musicoterapia utiliza la música para ayudar a mejorar la salud y el bienestar de la persona. Puede incluir escuchar música relajante, cantar, componer música y/o moverse al ritmo de la música. En los últimos años, el uso de la musicoterapia por parte de los pacientes con cáncer se ha vuelto más común. La musicoterapia puede reducir el estrés, el dolor, la ansiedad y las náuseas.
- **Técnicas de relajación.** Las técnicas de relajación promueven la salud al relajar el cuerpo y acallar la mente. Estas terapias se usan para aliviar el estrés y la tensión muscular, disminuir la presión arterial y reducir el dolor. Las técnicas de relajación incluyen la visualización guiada (concentrar la mente en pensamientos positivos), la bioautorregulación (aprender a controlar funciones corporales específicas, tales como la frecuencia cardíaca, la presión arterial y la tensión muscular, con la ayuda de una máquina especial), la autohipnosis y los ejercicios de respiración profunda. En los pacientes con cáncer, la capacitación periódica en técnicas de relajación ha logrado disminuir los niveles de estrés, reforzar el funcionamiento del sistema inmunitario, disminuir los efectos secundarios del tratamiento del cáncer y mejorar el estado de ánimo.
- **Tai chi.** El tai chi combina el movimiento físico, los ejercicios de respiración y la meditación para mejorar la salud y la calidad de vida. En algunos pacientes, el tai chi resulta eficaz para aliviar el dolor, reducir la fatiga y el estrés, y mejorar la calidad del sueño. Puede que su práctica también aumente la capacidad aeróbica, la fuerza muscular, el equilibrio y la flexibilidad de los pacientes.

- **Yoga.** El yoga es una antigua práctica, proveniente de la India, que combina la actividad de la mente y el cuerpo. Los distintos tipos de yoga suelen combinar posturas físicas, el control de la respiración y la meditación o relajación. Es posible que el yoga alivie la ansiedad, la depresión y el estrés en los pacientes con cáncer. Sin embargo, cabe aclarar que solo se ha completado una baja cantidad de estudios sobre el yoga en pacientes con cáncer. Por lo tanto, será necesario realizar más investigaciones. Debido a que el yoga consiste en actividad física, es importante que los pacientes consulten con los profesionales médicos encargados de su atención para averiguar si el yoga es una opción segura en su caso.

Si usted padece de:	Piense en la posibilidad de probar:
Ansiedad, depresión, estrés	Acupuntura, aromaterapia, ejercicio, hipnosis, terapia de masaje, meditación, musicoterapia, yoga
Náuseas o vómitos inducidos por la quimioterapia	Acupuntura, aromaterapia, hipnosis, terapia de masaje, musicoterapia
Fatiga	Acupuntura, aromaterapia, ejercicio, meditación, tai chi, yoga
Dolor	Acupuntura, hipnosis, terapia de masaje, musicoterapia, técnicas de relajación
Problemas para dormir	Acupuntura, meditación, técnicas de relajación, yoga

## Tratamientos en fase de investigación

Los pacientes deberían considerar la opción de participar en un ensayo clínico. Los ensayos clínicos se realizan para evaluar medicamentos y tratamientos nuevos antes de que la FDA los apruebe como tratamientos estándares. Los ensayos clínicos son estudios de investigación médica cuidadosamente controlados, que se realizan según rigurosas pautas para ayudar a los investigadores a determinar los efectos beneficiosos y los posibles efectos secundarios adversos de los nuevos tratamientos. Los ensayos clínicos están diseñados para ser precisos y muy seguros. La participación de pacientes en ensayos clínicos es importante para el desarrollo de tratamientos nuevos y más eficaces para el cáncer de la sangre y puede contribuir a que los pacientes tengan más opciones de tratamiento.

Los tratamientos tradicionales para el cáncer, tales como la quimioterapia, la inmunoterapia y la radioterapia, se han sometido a estudios rigurosos durante muchos años. En muchos centros de todo el país, hay ensayos clínicos en curso para estudiar varias terapias complementarias a fin de evaluar

su seguridad, beneficios, dosificación y eficacia relativa. Los pacientes inscritos en estudios de las terapias complementarias reciben el mejor tratamiento estándar para el cáncer, ya sea con o sin las terapias complementarias que son el objeto de estudio. Para obtener más información sobre los ensayos clínicos, consulte el librito gratuito de LLS titulado *Los ensayos clínicos para el cáncer de la sangre*, o visite [www.LLS.org/clinicaltrials](http://www.LLS.org/clinicaltrials) (en inglés).

### Los siguientes son algunos de los enfoques con terapias complementarias actualmente en fase de investigación:

- El uso de la aromaterapia y los aceites esenciales para aliviar el insomnio y otros síntomas en pacientes con leucemia aguda recién diagnosticada que reciben quimioterapia
- La terapia con yoga, utilizada para mejorar la calidad de vida de los niños con linfoma o leucemia
- Los efectos del ginseng sobre la fatiga relacionada con el cáncer
- La práctica de meditación plena durante un plazo breve para mejorar la calidad de vida en los pacientes con cáncer que reciben radioterapia
- El uso de la hipnoterapia para el tratamiento del dolor crónico en sobrevivientes de cáncer
- La capacitación en el manejo del estrés como método para la reducción del estrés en los cuidadores de los pacientes con cáncer de la sangre que reciben un trasplante de células madre de donantes
- El uso de productos naturales que tal vez resulten útiles en la prevención o el tratamiento del cáncer, tales como el extracto de bambú, el extracto de semillas de uva, el té blanco, el ginseng rojo y la S-adenosil metionina (SAMe)

## ¿Pagaré mi seguro médico por las terapias complementarias y alternativas?

Algunas compañías de seguros médicos han empezado a cubrir los costos de ciertas terapias complementarias, tales como la acupuntura y la atención quiropráctica. Averigüe con su proveedor de seguros médicos acerca de la cobertura de su plan de salud.

## Comunicación con los profesionales médicos

Asegúrese de hablar abiertamente con los profesionales médicos encargados de su atención sobre toda terapia

complementaria o alternativa que esté usando actualmente o que esté pensando usar. Esto es importante porque:

- No se han realizado estudios exhaustivos de muchas de las terapias complementarias. Por esta razón, no se sabe bien cuáles son posiblemente útiles o dañinas.
- Algunas terapias, especialmente los remedios a base de hierbas y los suplementos alimenticios, pueden interactuar con la radioterapia o la quimioterapia.
- Si ha estado leyendo información sobre terapias complementarias específicas, los profesionales médicos pueden ayudarlo a entender mejor los estudios científicos. Juntos, pueden determinar qué terapias serán más eficaces y seguras en su caso

### Preguntas que puede hacerle al equipo de profesionales médicos

Use las siguientes preguntas como una guía para hablar sobre las terapias complementarias con el equipo de profesionales médicos:

- ¿Hay terapias complementarias que usted recomendaría?
- ¿Qué información está disponible sobre las investigaciones de la seguridad y eficacia de esta terapia?
- ¿Cuáles son los beneficios y riesgos de esta terapia?
- ¿Cómo sabré si la terapia da resultado o no?
- ¿Interferirá esta terapia con los tratamientos estándares para el cáncer?
- ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios? ¿Qué debería anticipar?
- ¿Ofrece usted esta terapia como parte de sus servicios? Si no, ¿puede remitirme a un profesional local con licencia del estado para practicar esta terapia?
- ¿Hay terapias específicas que usted no recomendaría?
- ¿Sabe usted si esta terapia forma parte de un ensayo clínico? ¿Recomienda que considere participar?

### Cómo encontrar a un especialista en medicina integrativa o un profesional especializado en terapias complementarias

Si busca un profesional especialista en terapias complementarias, es importante que lleve a cabo una

búsqueda cuidadosa y completa. Estas son algunas sugerencias para ayudarlo en la búsqueda:

- Es posible que su oncólogo o centro oncológico puedan remitirlo a un profesional especializado en terapias complementarias. Existen otras entidades que tal vez puedan facilitarle la remisión, por ejemplo, un hospital o facultad médica local, alguna organización profesional, agencia reguladora estatal o junta estatal de expedición de licencias, o incluso su proveedor de seguros médicos.
- Pregunte a sus familiares y amigos si ellos pueden recomendarle un profesional para el tipo de terapia que busca.
- Averigüe tanto como pueda sobre todos los profesionales que usted considere seleccionar, incluyendo información sobre su educación, capacitación, licencia profesional y sus certificaciones.

Asegúrese de averiguar si los profesionales que considere seleccionar cuentan con licencias o certificaciones profesionales, y si han atendido a pacientes con cáncer. Antes de programar una cita, averigüe cuántos años han estado ejerciendo la profesión, de dónde recibieron su capacitación y el costo estimado del tratamiento. La meta es encontrar profesionales dispuestos a trabajar en colaboración con su oncólogo y otros profesionales médicos, para que puedan elaborar juntos un plan de tratamiento que satisfaga sus necesidades.

### Agradecimiento

Por su revisión de la versión en inglés de esta hoja informativa, titulada *Integrative Medicine and Complementary Therapies Facts*, y sus importantes aportes al material presentado en esta publicación, LLS agradece a:

#### Gary Deng, MD, PhD

Director médico, Servicio de Medicina Integrativa  
*Attending Physician*, miembro del personal clínico  
Centro Oncológico Memorial Sloan Kettering  
(Memorial Sloan Kettering Cancer Center)  
Profesor de Medicina Clínica  
Facultad Médica Weill Cornell  
(Weill Cornell Medical College)  
New York, NY

## Estamos aquí para ayudar

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS, por sus siglas en inglés) es la organización voluntaria de salud más grande del mundo dedicada a financiar las investigaciones, la educación y los servicios al paciente correspondientes al cáncer de la sangre. LLS tiene oficinas regionales por todo Estados Unidos y en Canadá. Para localizar la oficina más cercana a su comunidad, visite nuestro sitio web en [www.LLS.org/chapterfind](http://www.LLS.org/chapterfind) (en inglés) o comuníquese con:

### La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (The Leukemia & Lymphoma Society o LLS)

3 International Drive, Suite 200  
Rye Brook, NY 10573

Comuníquese con un Especialista en Información al (800) 955-4572 o por correo electrónico a [infocenter@LLS.org](mailto:infocenter@LLS.org) (se habla español)

LLS ofrece información y servicios en forma gratuita a los pacientes y las familias afectadas por el cáncer de la sangre. Las secciones a continuación resumen varios recursos que están a su disposición. Use esta información para:

- Informarse sobre los recursos que están disponibles para usted y sus familiares y cuidadores
- Hacer preguntas y obtener la información que necesita de los profesionales médicos encargados de su atención o de la de su ser querido
- Aprovechar al máximo el conocimiento y las habilidades del equipo de profesionales médicos

### Consulte con un Especialista en Información.

Los Especialistas en Información de LLS son enfermeros, educadores en salud y trabajadores sociales titulados a nivel de maestría y especializados en oncología. Ofrecen información actualizada sobre las enfermedades y las opciones de tratamiento. Para obtener más información:

- Llame al (800) 955-4572 (Lun-Vie, de 9 a.m. a 9 p.m., hora del Este)  
Algunos Especialistas en Información hablan español y se ofrecen servicios de interpretación a pedido.
- Envíe un correo electrónico a [infocenter@LLS.org](mailto:infocenter@LLS.org)  
Puede enviar correos electrónicos y recibir respuestas en español.
- Visite [www.LLS.org/especialistas](http://www.LLS.org/especialistas)  
Esta página web incluye un resumen de los servicios que ofrecen los Especialistas en Información y un enlace para iniciar una sesión de conversación (chat) en directo por Internet. Mediante este enlace, puede chatear en español con un Especialista en Información.

También puede acceder a información y recursos en el sitio web de LLS en [www.LLS.org/espanol](http://www.LLS.org/espanol).

**Materiales gratuitos.** LLS ofrece publicaciones gratuitas en inglés y en español con fines de educación y apoyo. Puede acceder a estas publicaciones por Internet en [www.LLS.org/materiales](http://www.LLS.org/materiales), o llame al (800) 955-4572 para hablar con un Especialista en Información. Se le pueden enviar copias impresas por correo sin costo.

**Programas educativos por teléfono/Internet.** LLS ofrece programas educativos en forma gratuita por teléfono e Internet para los pacientes, cuidadores y profesionales médicos. Para obtener más información, llame al (800) 955-4572 para hablar con un Especialista en Información, o visite [www.LLS.org/programas](http://www.LLS.org/programas).

**Foros de comunicación y sesiones de conversación (chats) por Internet.** Los foros de comunicación y los chats moderados que ofrece LLS pueden ayudar a los pacientes con cáncer a conectarse con otras personas en situaciones similares, compartir información y recibir apoyo. Para obtener más información, llame al (800) 955-4572 para hablar con un Especialista en Información, o visite [www.LLS.org/chat](http://www.LLS.org/chat) y [www.LLS.org/discussionboard](http://www.LLS.org/discussionboard) (en inglés).

**Comunidad de LLS.** La Comunidad de LLS es una red social y un registro en Internet para pacientes, cuidadores y otras personas que brindan apoyo a las personas con cáncer de la sangre. Es un lugar donde puede hacer preguntas, informarse, compartir sus experiencias y conectarse con otros. Para unirse, visite [CommunityView.LLS.org](http://CommunityView.LLS.org) (en inglés).

**Inscríbese para recibir el boletín de noticias de LLS por correo electrónico.** Lea las últimas novedades sobre tipos específicos de cáncer de la sangre, infórmese acerca de los estudios de investigación médica y los ensayos clínicos para el tratamiento del cáncer de la sangre, y encuentre apoyo para las personas que viven con cáncer de la sangre. Para inscribirse, visite [www.LLS.org/signup](http://www.LLS.org/signup) (en inglés).

**Oficinas regionales de LLS.** LLS ofrece apoyo y servicios comunitarios a través de su red de oficinas regionales en los Estados Unidos y Canadá. Estos servicios incluyen:

- El *Programa Primera Conexión de Patti Robinson Kaufmann*  
A través de este programa, LLS ayuda a los pacientes a conectarse con otros pacientes que tienen las mismas enfermedades. Muchas personas se benefician de la oportunidad única de compartir sus experiencias y conocimientos.
- Grupos de apoyo en persona  
Los grupos de apoyo ofrecen oportunidades a los pacientes y cuidadores de reunirse en persona y compartir experiencias e información sobre las enfermedades y los tratamientos.

Para obtener más información sobre estos programas, llame al (800) 955-4572 o visite [www.LLS.org/servicios](http://www.LLS.org/servicios). También puede comunicarse directamente con una oficina regional de LLS para enterarse de las opciones en su comunidad. Si necesita ayuda para localizar la oficina de LLS más cercana a su comunidad, llame al (800) 955-4572 para hablar con un Especialista en Información, o visite [www.LLS.org/chapterfind](http://www.LLS.org/chapterfind) (en inglés).

### **Ensayos clínicos (estudios de investigación médica).**

Hay nuevos tratamientos en curso para los pacientes. LLS ayuda a los pacientes a obtener información sobre los ensayos clínicos y cómo acceder a los tratamientos ofrecidos en estos estudios de investigación médica. Para obtener más información, llame al (800) 955-4572. Un Especialista en Información de LLS puede ayudarlo a realizar búsquedas de ensayos clínicos según el diagnóstico y las necesidades de tratamiento del paciente.

**Defensa de los derechos del paciente.** Con la ayuda de voluntarios, la Oficina de Políticas Públicas de LLS aboga por políticas y leyes que promueven el desarrollo de nuevos tratamientos y mejoran el acceso a una atención médica de calidad. Para obtener más información, llame al (800) 955-4572 para hablar con un Especialista en Información, o visite [www.LLS.org/abogar](http://www.LLS.org/abogar).

## Recursos

### **Centro Oncológico Memorial Sloan Kettering (Memorial Sloan Kettering Cancer Center)**

[www.mskcc.org](http://www.mskcc.org)  
(800) 525-2225

El Centro Oncológico Memorial Sloan Kettering mantiene una base de datos para ayudar a los pacientes, así como a los profesionales médicos, a determinar el valor del uso de hierbas comunes, suplementos alimenticios y algunas terapias complementarias. Esta base de datos forma parte de la página web “About Herbs, Botanicals & Other Products” en <https://www.mskcc.org/cancer-care/treatments/symptom-management/integrative-medicine/herbs>. Tanto la página web como la base de datos están en inglés.

### **Instituto Nacional del Cáncer (National Cancer Institute)**

#### **Oficina de Medicina Complementaria y Alternativa para el Cáncer (Office of Cancer Complementary and Alternative Medicine u OCCAM)**

<http://cam.cancer.gov>  
(800) 422-6237

El sitio web de OCCAM contiene información sobre las terapias complementarias y alternativas y la investigación correspondiente. Para realizar una búsqueda de ensayos

clínicos que ofrecen tratamientos complementarios y alternativos para los pacientes con cáncer, consulte <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/clinical-trials/search>. Esta página web y el sitio web de la OCCAM están en inglés, pero el sitio web principal del NCI está disponible en español en [www.cancer.gov/espanol](http://www.cancer.gov/espanol).

### **Centro Nacional de Salud Complementaria e Integral (National Center for Complementary and Integrative Health o NCCIH), Institutos Nacionales de la Salud (National Institutes of Health)**

[www.nccih.nih.gov](http://www.nccih.nih.gov)  
(888) 644-6226

El sitio web del NCCIH contiene información sobre la atención médica integral que es confiable, objetiva y se basa en la evidencia médica, incluyendo “Cáncer: en detalles” y muchas otras hojas informativas que se ofrecen en español en el sitio web (haga clic en “Información en Español”, en la esquina superior derecha de la página principal). También hay una herramienta de búsqueda para hallar información sobre temas específicos de salud (“Health Topics from A to Z”, en inglés).

### **Sociedad de la Oncología Integrativa (Society for Integrative Oncology)**

[www.integrativeonc.org](http://www.integrativeonc.org)  
(518) 694-5543

Esta organización desarrolla pautas de práctica médica, para profesionales clínicos y pacientes, sobre el uso de terapias integrativas durante el tratamiento del cáncer. El sitio web está en inglés.

### **Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (U.S. Food and Drug Administration o FDA)**

[www.fda.gov](http://www.fda.gov)  
(888) 463-6332

La FDA ofrece artículos sobre los suplementos alimenticios, así como advertencias sobre productos específicos con posibles efectos secundarios graves. Su sitio web está disponible en español (haga clic en “En Español”, en la esquina superior derecha de la página principal). Hay un artículo sobre el fraude relacionado con los productos contra el cáncer comercializados por Internet, el cual se encuentra en español en [www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ConsumerUpdatesEnEspanol/ucm161512.htm](http://www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ConsumerUpdatesEnEspanol/ucm161512.htm). La página web de la FDA dedicada a los suplementos alimenticios se encuentra en [www.fda.gov/Food/DietarySupplements/default.htm](http://www.fda.gov/Food/DietarySupplements/default.htm) (en inglés).

## Referencias bibliográficas

Cassileth BR, Vickers AJ. Massage therapy for symptom control: outcome study at a major cancer center. *Journal of Pain Symptom Management*. 2004 Sept; 28(3):244-9.

Deng GE, Cassileth BR. Integrative Oncology: Complementary therapies for pain, anxiety, mood disorder. *Cancer*. 2005; 55(2):109-116.

Deng GE, Frenkel M, Cohen L et al. Evidence-based clinical practice guidelines for integrative oncology: complementary therapies and botanicals. *Journal of the Society for Integrative Oncology*. 2009 Summer; 7(3):85-120.

Garcia MK, McQuade J, Haddad R et al. Systematic review of acupuncture in cancer care: a synthesis of the evidence. *Journal of Clinical Oncology*. 2013 March 1; 31(7):952-60.

Heaney ML, Gardner JR, Karasavvas N et al. Vitamin C antagonizes the cytotoxic effects of antineoplastic drugs. *Cancer Research*. 2008 Oct 1; 68(19):8031-8.

Institute of Medicine of the National Academies. Complementary and Alternative Medicine in the United States. Washington, DC: National Academies Press; 2005

Memorial Sloan Kettering Cancer Center. About herbs database. Disponible en: <https://www.mskcc.org/cancer-care/treatments/symptom-management/integrative-medicine/herbs>. Consultada en julio de 2016.

Myers C, Jacobsen P. Integrative medicine and oncology: emerging evidence. *Cancer Control*. 2005; 12(3):146-147.

National Cancer Institute. Complementary and Alternative Medicine in Cancer Treatment (PDQ®). Disponible en: <https://nccih.nih.gov/health/cancer/complementary-integrative-research>. Consultada en julio de 2016.

National Center for Complementary and Integrative Health. Cancer in depth. Disponible en: <https://nccih.nih.gov/health/cancer/complementary-integrative-research>. Consultada en julio de 2016.

Perrone G, Hideshima T, Ikeda H et al. Ascorbic acid inhibits antitumor activity of bortezomib in vivo. *Leucemia*. 2009 Sep; 23(9):1679-86.

Rosenthal DS, Dean-Clower E. Integrative medicine in hematology/oncology: benefits, ethical considerations, and controversies. *Hematology*, the education program of the American Society of Hematology. 2005:491-497.

Tascilar M, de Jong FA, Verweij Jet, al. Complementary and alternative medicine during cancer treatment: beyond innocence. *Oncologist*. 2006 Jul-Aug; 11(7):732-741.

Weiger WA, Smith M, Boon H, et al. Advising patients who seek complementary and alternative medical therapies for cancer. *Annals of Internal Medicine*. 2002; 137(11):889-903.

Wilkinson SM, Love SB, Westcombe AM, et al. Effectiveness of aromatherapy massage in the management of anxiety and depression in patients with cancer: a multicenter randomized controlled trial. *Journal of Clinical Oncology*. 2007 Feb 10; 25(5):532-9.

Esta publicación tiene como objetivo brindar información precisa y confiable con respecto al tema en cuestión. Es distribuida por la Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS, por sus siglas en inglés) como un servicio público, entendiéndose que LLS no se dedica a prestar servicios médicos ni otros servicios profesionales.