



Humanizando el Seguro Social



BOLETÍN INFORMATIVO DE MEDICINA COMPLEMENTARIA

idaySalud Integral

VOLUMEN 8 | NÚMERO 4 | ABRIL 2016

Gerencia de Medicina Complementaria
Gerencia Central de Prestaciones de Salud



EsSalud presentó la primera Revista Peruana Virtual de Medicina Integrativa

- ▶ LA GERENCIA DE MEDICINA COMPLEMENTARIA de EsSalud presentó la primera Revista Peruana Virtual de Medicina Integrativa que reúne las experiencias e investigaciones sobre el uso de plantas medicinales y de otros métodos utilizados en nuestra medicina complementaria.



Homeopatía en atención primaria de salud

Editorial

La investigación científica en Medicina Complementaria es alentada por la OMS en su documento “Estrategia de la OMS sobre Medicina Tradicional 2014-2023”, donde se menciona la necesidad de la recopilación, el análisis y la síntesis de datos sobre la utilización de la Medicina Complementaria, junto con una estrategia de gestión de la información que asegure su actualización y su máxima calidad.

En este sentido, la Gerencia de Medicina Complementaria viene impulsando la generación de evidencias en diversas terapias complementarias y tradicionales mediante el lanzamiento de la Revista Peruana de Medicina Integrativa, que es un espacio importante para la publicación de artículos originales, de revisión y de estudio de caso para todos los profesionales de salud y de las ciencias sociales.

La Revista Peruana de Medicina Integrativa se publicará trimestralmente y será de acceso abierto (www.rpmi.pe/ojs), y contribuirá con la educación continua de los profesionales de las ciencias de la salud y comunidad científica en general.

**Dra. Martha
Villar López**

GERENTE DE MEDICINA
COMPLEMENTARIA

GERENCIA CENTRAL DE
PRESTACIONES DE SALUD

Homeopatía en atención primaria de salud

El médico de familia, en su labor comunitaria, es el especialista que atiende integralmente a la comunidad. La homeopatía le ofrece la posibilidad de tratar al niño desde que es recién nacido, la embarazada, el adulto y los ancianos, tanto en sus enfermedades crónicas, como en las agudas e incluso en epidemias; además, puede contribuir a que mejore la calidad de vida de estos pacientes. También se le atribuye efectos profilácticos con su administración.¹

¿Qué es Homeopatía?

La homeopatía es un método terapéutico que se basa en administrar al enfermo una sustancia cuyos componentes son capaces de provocar en un individuo sano una enfermedad (páthos) similar a la que se trata de combatir (homoios) y que preparada como medicamento homeopático es capaz de curar. La Homeopatía está basada en este fenómeno de similitud, que formula el paralelismo de acción entre las propiedades tóxicas y las propiedades terapéuticas de una sustancia y su poder terapéutico.²

Uno de los valores añadidos más reconocidos de este método es el abordaje integral que se hace al paciente, y que toma en cuenta la totalidad de su organismo para poder mejorar su salud. Además, forma parte integral de la medicina como cualquier otro método.²

Es utilizada en la actualidad en más de 80 países, con más de 300 millones de pacientes y alrededor de 248.400 médicos que la prescriben en sus consultas. En otros países de Europa, la homeopatía es una práctica habitual, y en algunos forma parte incluso de los sistemas sanitarios. Es el caso de Francia, por ejemplo, más de 30.000 médicos la prescriben y con un 56% de la población que utiliza la homeopatía. En Suiza, la mitad de la población ha usado homeopatía alguna vez y el 85% considera que deberían formar parte del sistema de salud público.

La ausencia en general de efectos secundarios relevantes asociados a su toma es uno de los principales motivos que destacan los pacientes (78%) tratados con homeopatía, seguido de la eficacia, así como la posibilidad de tomarlos durante el embarazo o asociados a otros tratamientos.

Respecto a la evidencia científica de los medicamentos homeopáticos, existen ensayos clínicos (137 ensayos clínicos controlados, aleatorizados y revisados por pares, con resultados favorables a la homeopatía), estudios epidemiológicos, observacionales, de investigación básica in vivo e in vitro, de veterinaria y estudios de coste



efectividad (que han ligado el tratamiento homeopático a una menor frecuencia de futuras consultas, menor absentismo laboral, menor número de visitas a especialistas y una menor estancia en el hospital) entre otros.

Las grandes ventajas de los medicamentos homeopáticos se centran en lo que todo médico de familia persigue para sus pacientes más allá de la eficacia del ensayo clínico, es decir individualización de la terapia, efectividad y seguridad.³

Abordajes de patologías disímiles y frecuentes en la APS de cualquier país ya han sido estudiadas, tal es el caso de: fibromialgias, dermatitis atópicas, niños con déficit de atención e hiperactivos, dolor plantar, síntomas de menopausia y muchas otras patologías, todas estas abordadas desde estudios a doble ciego, utilizando el placebo, comparándolo con su similar alopático, con seguimientos de varios años y resultados alentadores.¹

La homeopatía y trastorno de ansiedad generalizada (TAG)

Se observa este trastorno en la asistencia primaria y puede alcanzar una prevalencia del 5%. En un estudio retrospectivo se evaluaron los resultados con el

“La única y grande misión del médico es restablecer la salud del enfermo, que es aquello que se llama curar.”

Samuel Hahnemann

método terapéutico basado en la homeopatía pluralista en donde se concluye que este tratamiento aplicado puede ser efectivo en esta patología donde puede llegar a cubrir tanto las manifestaciones somáticas de la ansiedad como el malestar vital más profundo que afecta al individuo.⁴

Asimismo, los tratamientos homeopáticos se utilizan preferentemente para gripes, resfríos, tos y dolor de garganta (52%); para ansiedad, estrés e insomnio (39%); para aumentar las defensas (34%) y para alergias (29%).

Por último, es importante señalar que el 67% de personas encuestadas indicó que le gustaría recibir más información sobre homeopatía porcentaje que se incrementa hasta el 74% si el asesoramiento sobre medicamentos homeopáticos viene de su médico.

BIBLIOGRAFÍA REFERENCIAL

1. Riveron G, M.N. La homeopatía como propuesta válida para la atención primaria de salud. Rev Cubana Med Gen Integr [online]. 2012, vol.28, n.2 [citado 2016-05-23], pp. 65-71. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v28n2/mgi07212.pdf>
2. Libro Blanco de la Homeopatía. Saragoza: Universidad de Saragoza, 2013.
3. Sacristán R.A., Torres J.L. Homeopatía, una realidad social y asistencial. Atención Primaria [on line]. 2015, vol. 47, n.7 [citado 2016-05-24], pp.469-475. Disponible en: http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=90435231&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=27&ty=0&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=27v47n07a90435231pdf001.pdf
4. Zueras G.R. Estudio clínico sobre la efectividad de la homeopatía pluralista en el trastorno de la ansiedad generalizada. Rev Med Homeopat. 2015, 8(2):53-60.

Presentación y lanzamiento de la Revista Peruana de Medicina Integrativa (RPMI) de EsSalud



Presentación de la Revista Peruana de Medicina Integrativa de EsSalud - 14 de abril 2016 – CCL

El Seguro Social de Salud a través de la Gerencia de Medicina Complementaria presentó oficialmente la primera Revista Peruana Virtual de Medicina Integrativa, que reúne las experiencias e investigaciones sobre plantas medicinales y de otros métodos utilizados en nuestra medicina tradicional.

Esta revista virtual única en su género en toda Sudamérica tiene como objetivo difundir los diversos métodos de la medicina natural, investigaciones sobre los beneficios y riesgos. Tendrá una periodicidad trimestral y por ser virtual será de fácil acceso al público por lo que podrán acceder a la dirección electrónica: www.rpmi.pe/ojs

Al respecto la Presidenta Ejecutiva de EsSalud, Virginia Baffigo, destacó que esta revista especializada será una herramienta de consulta para los especialistas, porque se trata de un espacio de acceso abierto en donde se publicarán los trabajos científicos sobre Medicina Complementaria o Tradicional que se genere en el entorno local, nacional o internacional.



“Gracias al internet, la revista estará al alcance de todos los interesados en conocer más sobre los resultados de las últimas investigaciones de Medicina Complementaria, a fin de que los médicos puedan aplicarlo con sus pacientes en el tratamiento de sus enfermedades” manifestó la titular de EsSalud.

La edición de la revista estará a cargo de un comité científico conformado por profesionales con calidad académica y científica, así como asesores, revisores expertos y revisores de estilo, que permitirán en un futuro próximo, consolidar esta revista científica a nivel internacional.

Finalmente, Baffigo resaltó la importancia de la medicina complementaria porque a través de ella se brinda bienestar biopsicosocial y espiritual al paciente y su familia, con un enfoque holístico, además utiliza conocimientos tradicionales y modernos debidamente validados y recomendados por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Botiquín Natural MEC

FITOTERAPIA EN LA ANSIEDAD

Valeriana (*Valeriana officinalis*)

Cuando se usa por vía oral de manera apropiada es segura. Reduce el momento de inicio del sueño (latencia del sueño) y mejora la calidad subjetiva del sueño. 15 g. de la raíz en cocimiento por 3 a 5 minutos, tomar ½ hora antes de ir a la cama.



COMITÉ EDITOR

Dra. Martha Villar López
GERENTE DE MEDICINA COMPLEMENTARIA

Dr. Duilio Fuentes Delgado
DIRECTOR DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN
E INFORMACIÓN

Dra. Yolanda Angulo Bazán
DIRECCIÓN DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN
E INFORMACIÓN

Q.F. María Gutiérrez Saavedra
DIRECCIÓN DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN
E INFORMACIÓN

Bibl. Rosa Matos Prado
CENTRO DE INFORMACIÓN DE MEDICINA
COMPLEMENTARIA

Bibl. Paul Pajuelo Aguirre
CENTRO DE INFORMACIÓN DE MEDICINA
COMPLEMENTARIA

Gerencia de Medicina Complementaria Gerencia
Central de Prestaciones de Salud
Jr. Domingo Cueto 120
Jesús María
Teléfono: 265 6000 Anexo: 2439 - 1493

Contáctenos:
rosa.matos@essalud.gob.pe
externo.ppajuelo@essalud.gob.pe

Copyright © Seguro Social de Salud (EsSalud) 2016



Recetario de Alimentación saludable

GUISO DE QUINUA CON QUESO

Ingredientes:

- 300 gr. de quinua
- 250 gr. de queso fresco pasteurizado
- Cebolla, ajos
- Pimiento y perejil cortado en cuadritos
- Tomate

Preparación:

Remoja la quinua por 12 horas mínimo y botar el agua, lavar bien y quitar impurezas. Poner a sancochar la quinua hasta que los granos revienten. Adicionar el queso en trocitos pequeños. Aderezar con cebolla, ajos, tomate (de preferencia sin aceite). Adornar con perejil salteado y pimiento en corte largo.

Nota: se puede combinar con algún tubérculo: papa huairo y un huevo partido en dos, aceitunas.

Nota: se puede combinar con algún tubérculo: papa huairo y un huevo partido en dos, aceitunas.

Recetario de alimentación saludable andino - amazónico. Lima: EsSalud, 2014

Biblioteca Virtual De Homeopatía

Acceso y socialización de la información del área de la medicina homeopática, contribuye en ampliar el conocimiento de los profesionales de la salud, investigadores, estudiantes y público en general. Ver en: www.homeopatia.bvs.br

ALERTA BIBLIOGRÁFICA





EsSalud

Humanizando el Seguro Social

www.essalud.gob.pe