

Medicina eclectica

comer correctamente

Contenidos

Artículos

Iridología	1
Yoga	4
Ayurveda	12
Medicina holística	18
Naturismo	19
Alopatía	23
Homeopatía	28
Acupuntura	45
Magnetoterapia	51
Reiki	53
Efecto placebo	61
Shiatsu	64

Referencias

Fuentes y contribuyentes del artículo	72
Fuentes de imagen, Licencias y contribuyentes	73

Licencias de artículos

Licencia	74
----------	----

Iridología

La **iridología** o **iriología** o **iridiología** es un método de diagnóstico no contrastado, empleado por la medicina alternativa, cuyos orígenes supuestamente se remontan al antiguo Egipto, y se afirma habrían sido utilizado también por Hipócrates y sus seguidores en el siglo IV a. C.^[1]

De acuerdo con sus seguidores, permitiría conocer el estado de salud físico, emocional y mental de la persona, así como su historial clínico y tendencias futuras, a través de la observación e interpretación de una serie de lesiones, manchas, líneas y decoloraciones que se van reflejando en el iris del ojo.^[2]

La iridología no se sustenta en estudios de investigación de calidad y es considerada una pseudociencia.

Iridología

El ojo humano tiene un origen embriológico común con el sistema nervioso central, siendo una proyección de este sistema hacia la superficie que actúa como un órgano de los sentidos.^[3]

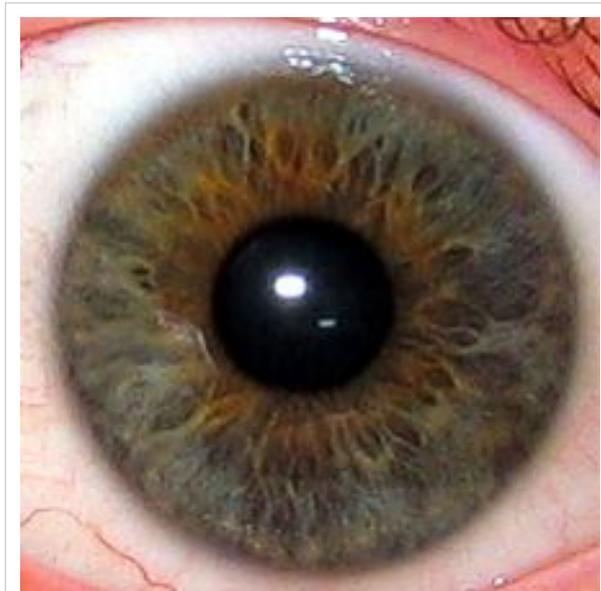
El iris cuenta además con una rica inervación e irrigación, constituyendo un microsistema donde, según los iriólogos, se reflejaría el estado de los diversos tejidos del organismo.^{[4][5]} De esta forma esta práctica postula que se van reflejando en el iris, a través de marcas específicas, los desequilibrios que alteran los tejidos orgánicos; siendo posible reconocer señales incipientes de disfunción tisular específica, lo que permitiría prevenir la aparición de daños estructurales en el organismo.

Es importante aclarar que la iridología (también llamada iridodiagnosia o iris-diagnosia) no realiza diagnósticos de enfermedades alopáticas específicas, sino que entrega información relacionada con la tendencia de evolución y el estado de los diferentes tejidos del organismo.

Sus practicantes relacionan sus observaciones con unos gráficos del iris que lo dividen en zonas que corresponden con zonas específicas del cuerpo humano. Los iridiólogos ven los ojos como “ventanas” por las que es posible ver el estado funcional y de salud del paciente.

Los iridólogos utilizan los mencionados gráficos para diagnosticar qué sistemas y partes del cuerpo están sanos y cuáles están hiperactivos, inflamados o doloridos. Los profesionales utilizan esta información para evaluar la propensión del paciente hacia ciertas enfermedades, confirmar problemas de salud antiguos o predecir futuros problemas de salud que se pueden estar gestando.

Como sólo es empleada para el diagnóstico, los impulsores de esta corriente suelen estudiar y practicar otras especialidades de la medicina alternativa como la naturopatía, la homeopatía, la medicina bioenergética, la acupuntura, entre otras.



El iris es el área amarilla-verdosa que rodea la pupila transparente (que aparece negra). El área externa blanca es la esclerótica.

Iridoscopia digital computarizada

La iridología ha evolucionado al terreno digital: a esta especialidad técnica se le conoce como iridoscopia digital computarizada.

Iridoscopios digitales

El iridoscopio proporciona a los profesionales de la salud y naturópatas e iridólogos una herramienta muy fiable para la exploración iridoscópica y la captura de imagen. El iridoscopio es un equipo híbrido de **microscopia y cámara digital** especialmente diseñado para la docencia, la investigación y la práctica profesional de la iridología.

En su rol como cámara digital funciona para captura de imagen desde los 1,3 hasta los 10 megapíxeles de resolución, y en su rol como microscopio funciona gracias a una lente incorporada (con magnificación desde los 30X) e iluminación halógena integrada. El sistema de iluminación está calibrado para alta velocidad de obturación y un enfoque manual a través de un mecanismo focal rotatorio diseñado exclusivamente para este tipo de lente.

Esta herramienta es ampliamente usada por los iridólogos, naturópatas y profesionales de la salud para la exploración del disco iridiano y la esclerótica. Los iridoscopios profesionales son muy apreciados por su capacidad de virtualización de imagen y sus tecnologías de iluminación frontal y lateral para la observación e interpretación de estructuras profundas de la topografía del iris.

Historia de la iridología

Ignatz von Peczely (1826 - 1911): Su experiencia con la iridología se inició a los 10 años de edad, cuando a una lechuza que trataba de liberar de un arbusto se le rompió una de sus patas. Al cuidarla, afirmó que pudo observar la aparición de una señal negra en el iris del ave, que hasta entonces había estado limpio y claro. Luego, durante su recuperación, habría observado que la señal se aclaraba, hasta quedar como una mancha blanca. La conexión entre ambos eventos, la herida y la curación, la mantuvo en su mente hasta que creció y comenzó sus estudios de medicina. Durante años, Paczely se dedicó a estudiar los ojos de sus pacientes, mientras trabajaba como homeópata y, más tarde, al graduarse como médico. Su profesión le habría dado la oportunidad de relacionar sus descubrimientos con pacientes estudiados antes y después de operaciones quirúrgicas, además de las numerosas autopsias que practicó.

Von Peczely elaboró uno de los primeros gráficos europeos del iris vinculado con el resurgimiento moderno de esta técnica, publicando en el año 1886, en alemán, la primera topografía del iris en la *Hoja semanal homeopática*.^[6] Posteriormente, en los albores del 1.900, Lils Liljequist, homeópata suizo, completó y mejoró el mapa de von Peczely. Liljequist introdujo la iridología en Norteamérica y fundó la escuela americana de esta disciplina. Otros destacados iriólogos de esta escuela son Henry Lindlahr, el mejor iriólogo norteamericano de principios del siglo XX, quien publicó numerosas obras sobre medicina naturista; y el Dr. Bernard Jensen, probablemente el más conocido de los iriólogos norteamericanos de la actualidad, autor del libro *Ciencia y práctica de la iridología*.^[7]

El primero en establecer una topografía del iris en lengua francesa fue Leon Vannier, uno de los homeópatas más importantes de Francia en la primera mitad del siglo XX.

Por su parte, Josef Deck, sanitario del ejército alemán preso en Rusia, tuvo la oportunidad de observar numerosos iris de los presos enfermos. Cuando regresó a Alemania publicó numerosas obras con gran profusión de casos clínicos, constituyendo el primer aporte a la iridología científica y clínica. Otros grandes investigadores de esta disciplina son Theodor Kriege, su discípulo Lindemann, de la escuela alemana de iridología; y Angel Bidaurrezága, médico oftalmólogo de Bilbao, en España, que publicó el primer texto de iridología en español. Posteriormente, en Barcelona, el Dr. Fernández publicó el libro *Iridodiagnosis*.

Actualmente, la iridología es practicada en más de 10 mil centros formales de iriología en Alemania, reconocidos oficialmente, y por más de 18 mil médicos en Norteamérica, (aunque en Canadá y en los Estados Unidos, la iridología no es regulada por ninguna agencia gubernamental, muchas organizaciones ofrecen cursos no formales).

En el año 2012, el autodenominado doctor Germán Dencil, reconocido iriólogo chileno y conocido mundialmente como el “Doctor de los Genes”, publicó su teoría acerca de cómo curar la homosexualidad, el VIH o sida y el cáncer, entre otras enfermedades. Dencil ha sido cuestionado, llegando incluso a ser acusado y condenado a 521 días de cárcel por ejercicio ilegal de la profesión médica.^[cita requerida]

Críticas a la iridología

Si bien la iridología ha sido objeto de publicidad, en la actualidad la medicina convencional rechaza sus postulados y la sigue etiquetando como pseudociencia o charlatanería.

No existe evidencia científica que demuestre que la Iridología posea algún valor como prueba diagnóstica. Múltiples estudios clínicos no han demostrado una exactitud de la iridología mayor de lo esperable por azar.^{[8][9][10][11][12][13]}

Los defensores de la iridología deben demostrar el Valor Predictivo de esta “prueba”, comparándola con pruebas diagnósticas validadas (Gold standard) para las distintas patologías. Es preciso saber con precisión la sensibilidad y especificidad de esta “prueba” para saber su exactitud en el diagnóstico.

Notas y referencias

- [1] *Diagnóstico del iris: Los desafíos de la iridología en Chile*, **Revista Vida**, Santiago de Chile, marzo - abril 2007
- [2] *Iridología, diagnóstico por el iris*, **Revista Oficial 5º Congreso Internacional de Medicinas Complementarias**, Santiago de Chile, octubre 2008
- [3] *Iriología gana terreno como complemento a la medicina tradicional: Ojos, espejos de nuestra salud*, **Diario La Nación**, sección Sociedad/Ciencia, Chile, 28 de junio de 2005
- [4] *Iriología: Eficaz herramienta de diagnóstico*, **Revista Madurez Activa** de Golden Seniors, Santiago de Chile, enero 2008
- [5] *Iriología: Ojos que se leen*, **Revista Catalina**, Santiago de Chile, octubre 2005
- [6] Dr. Josep Lluís Berdonces, **El gran libro de la iridología**, Ed. Integral, 2007
- [7] Dr. Bernard Jensen, **Ciencia y práctica de la iridología**, Editorial Yug, 2006
- [8] Simon A, Worthen DM, Mitas JA 2nd: *An evaluation of iridology*. JAMA. 1979 Sep 28;242(13):1385-9. PMID 480560
- [9] Munstedt K, El-Safadi S, Bruck F, Zygmunt M, Hackethal A, Tinneberg HR: *Can iridology detect susceptibility to cancer? A prospective case-controlled study*. J Altern Complement Med. 2005 Jun;11(3):515-9. PMID 15992238
- [10] Norn M: *Analysis of iris: history and future* Dan Medicinhist Arbog. 2003;:103-17. PMID 14765528
- [11] Knipschild P: *Looking for gall bladder disease in the patient's iris*. BMJ. 1988 Dec 17;297(6663):1578-81. PMID 3147081
- [12] Ernst E: *Iridology: not useful and potentially harmful*, Arch Ophthalmol. 2000 Jan;118(1):120-1. PMID 10636425
- [13] Worrall RS: *Pseudoscience - a critical look at iridology*. J Am Optom Assoc. 1984 Oct;55(10):735-9. PMID 6491119

Enlaces externos

- Software de localización de los signos en el iris basado en la topología de Bernard Jensen. (<http://aigaliris.com>)
- Skeptic's Dictionary - Iridiology (<http://www.skepdic.com/iridol.html>) (en inglés)
- La Iridología es una Tontería - Chile Skeptic (<http://www.chileskeptic.cl/la-iridologia-es-una-tonteria/>)
- Doctor Dencil desenmascarado en un programa de televisión (<http://www.youtube.com/watch?v=65JIZTHY25s>)

Yoga

Hinduismo

Doctrinas
Niaiá • Vaisesika Sankhia • Yoga Mimansá • Vedanta Agama • Tantra • Sutra Stotra • Aduaita
Vedas
Rig • Iáyur Sama • Átharva
Upanishad
Aitareia-upanishad • Brijad-araniaka Chandoguia • Gopalá-tapani Isha • Kali-santarana Katha • Kena Mandukia • Mukhia Muktika • Yoga-tattua
Épica
Majábhharata • Ramaiana
Otras escrituras
Smriti • Sruti Bhagavad-guitá • Purana Sutras • Pancha-ratra Divia-prabandha • Dharma-sastra

El **yoga** (del sánscrito *ioga*) se refiere a una tradicional disciplina física y mental que se originó en la India. La palabra se asocia con prácticas de meditación en el hinduismo, el budismo y el jainismo.

Según sus practicantes, el yoga otorga como resultado:

- la unión del alma individual con la divinidad (Brahman, Shivá, Kalí, etc.), entre los que tienen una postura religiosa de tipo devocional;
 - la percepción de que el yo es espiritual y no material, entre los que tienen una postura espiritualista;
 - el bienestar físico y mental, entre los que tienen una postura racionalista (atea o agnóstica).
-

Etimología de la palabra «yoga»

La palabra española «yoga» proviene del sánscrito *ioga*, que a su vez procede del verbo *iush* (*yuj* en AITS): ‘colocar el yugo [a dos bueyes, para unirlos], concentrar la mente, absorberse en meditación, recordar, unir, conectar, otorgar, etc.’. El verbo *iush* es la misma raíz indoeuropea de los términos castellanos «yugo» y «conyugal».

Historia

Debido a que los textos sánscritos carecen de cronología, se desconoce exactamente cuándo los habitantes del subcontinente índico comenzaron a realizar este tipo de meditación con posturas físicas.

El arqueólogo británico sir John Marshall descubrió en Mohenjo-Daro (Pakistán) un sello con figuras, datable hacia el siglo XVII a. C., de la cultura del valle del Indo. En 1931 publicó su interpretación, imaginando una supuesta criatura antropomorfa con cuernos, en una posición sentada con las piernas cruzadas. Marshall elaboró tres hipótesis, que no están todavía confirmadas:

1. el ser sentado sería el dios Shivá; por eso Marshall bautizó al sello «Paśupati» (‘señor de las bestias’, otro nombre del dios hindú Shivá);
2. el ser estaría practicando una postura de yoga;
3. por lo tanto el yoga tendría por lo menos 35 siglos de antigüedad.

Algunos otros escritores occidentales —entre ellos el historiador de las religiones Mircea Eliade (1907-1986), y G. Feurstein—^[1] creyeron que esa proposición era suficiente prueba de que en la cultura del Indo se conocía el yoga.

En cambio, los hinduistas sostienen que el yoga es eterno (*anādi*: ‘sin comienzo’) y siempre existió.

En el hinduismo, se la cuenta como una de sus seis doctrinas ortodoxas.^[cita requerida]

Estas doctrinas (y sus respectivos fundadores o principales referentes históricos) son:

- *yoga* (de Patanyali).
- *vedanta* (de Viasa).
- *sankhia* (de Kapilá).
- *purva mimansa* (de Yaimini).
- *niaia* (de Gótama).
- *vaisesika* (de Kanada).

Tipos de yoga

Raja yoga

El *raja yoga* (lit. 'yoga regio' o 'el rey entre los yogas' donde *rashá:* 'rey') se suele identificar con el *astanga yoga* descrito por Patañjali.

Ocho etapas

El texto sánscrito *Yoga-sutra* ('aforismos de yoga') de Patanyali (probablemente del siglo III a. C.) prescribe la adhesión a ocho preceptos que constituyen lo que se denomina *ashta-anga yoga*, el 'yoga de los ocho miembros' (siendo *ashta:* 'ocho', y *anga:* 'miembro'). En este texto, Patañjali recopiló y sistematizó los conocimientos acerca de estas técnicas.

Estos «ocho miembros» son:

1. *iyama* ('prohibiciones'):

1. *ajimsá* ('no violencia', sensibilidad hacia otros seres).
2. *satia* ('veracidad', no mentir).
3. *asteia* ('no robar').
4. *brahmacharia* ('conducta brahmánica', aunque en la práctica significaba celibato y estudio de los *Vedás*)
5. *aparigraja* ('no apegarse' al hogar, etc.).

2. *niyama* ('preceptos'):

1. *shaucha* ('limpieza' física y mental)
 2. *santosha* ('completa satisfacción').
 3. *tapas* (disciplina, 'consumirse por el calor').
 4. *suadhiaia* ('recitar [los *Vedás* en voz baja,] para sí mismo').
 5. *ishuara pranidhana* ('ofrecerse al Controlador [Dios]')
3. *ásana* ('postura'): la columna vertebral debe mantenerse erecta y el cuerpo estable en una postura cómoda para la meditación. El hatha yoga se enfoca en este miembro.
4. *pranaiama* ('control de la respiración'; *prana:* energía mística presente en el aire respirado; y *yama:* 'control')
5. *prataijara* ('poco comer', control de los sentidos; *prati:* 'poco'; *ahara:* 'comer; implica el retraimiento de los sentidos de los objetos externos).
6. *dharana* ('sostenimiento'; *dhara:* 'sostener'; implica la concentración de la mente en un pensamiento).
7. *dhiana* ('meditación').
8. *samadhi* ('completa absorción').



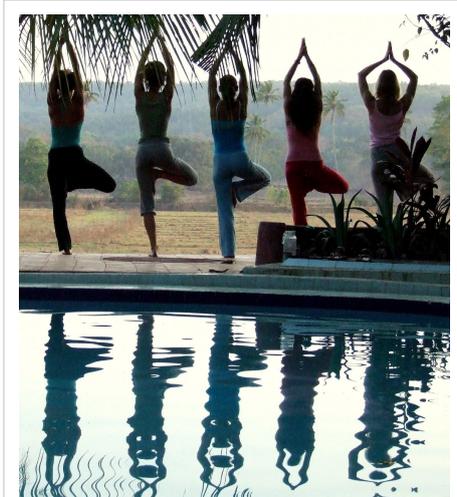
Un *sadhú* (asceta hindú) según una litografía del libro *Illustrations de les hindous*. París: F. B. Solvyns et H. Nicolle. Hacia el año 1812.

Gñana yoga

El *gñana* ('conocimiento') se aplica tanto en contextos sagrados como laicos. Vinculado con el término «yoga», se puede referir al aprendizaje o conocimiento conceptual, y a la más elevada sabiduría, visión intuitiva o gnosis, es decir, a una especie de conocimiento liberador o intuición. Ocasionalmente, el *gñana* se equipara incluso con la Realidad última.

Karma yoga

El *karma yoga*, 'yoga de la acción' o, más bien, 'yoga del servicio', es la dedicación completa de las actividades, las palabras y la mente a Dios. El karma yoga no es la actividad dedicada al bien. Según el hinduismo, las buenas obras (el buen *karma*) no llevan a Dios, sino a una siguiente reencarnación en mejores condiciones de vida, mientras que las actividades pecaminosas (el mal *karma*) llevan a una reencarnación en peores condiciones de vida. El *karma yoga* no produce reacciones materiales, sino que libera al alma y le permite, en el momento de la muerte, volver con Dios.



Un grupo de personas practicando *vriksha-ásana* ('postura del árbol').

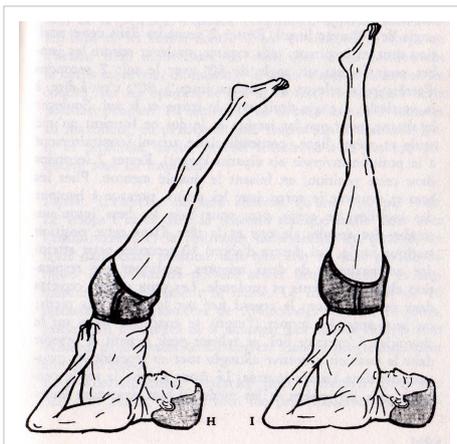
Otras denominaciones asociadas al yoga

Las siguientes escuelas no deben identificarse como fundamentales en el yoga:

Hatha yoga

El *hatha yoga* es el yoga más difundido en todo el mundo, y es conocido por sus *ásanas* (o posiciones corporales). Se trata de un sistema de posturas físicas cuyo propósito es lograr que el cuerpo esté apto para la meditación. Las *ásanas* generan serenidad física y mental; de tal forma que un yogui devoto pueda sentarse durante varias horas en una postura de meditación sin sufrir fatiga o inquietud. Una de sus *ásanas* principales es *padmāsana* (o 'posición de loto') y el «saludo al sol» (*Suriá namaskar*).

Actualmente el *hatha yoga* enfatiza la relajación.



Sarva-anga-ásana ('postura de todos los miembros', la postura de la vela, o postura inversa de hatha-yoga).

Bhakti yoga

El *bhakti yoga* es el *yoga devocional*. La diferencia con el *karma yoga* es muy sutil: aunque ambos tipos de practicantes dedican sus actividades al Absoluto, a los practicantes de la devoción (*bhaktas*) les interesa un conocimiento más esotérico de la naturaleza de Dios (en su personalidad como Krishná) y de sus actividades, provenientes de escrituras puránicas, especialmente del *Bhágavata-purana* (siglo XI d. C.).

El *bhakti yoga* fue popularizado en los años 1970 por el movimiento Hare Krishna.

Ashtanga viniasa yoga

El *ashtanga viniasa yoga* es un sistema de yoga basado en el texto *Yoga korunta*. Sri T. Krishna Nama Acharia escribió que lo había aprendido (en forma oral) de su gurú Rama Mojan Brahmachari a principios del siglo XX. Luego Krishna Nama Acharia se lo enseñó a sus discípulos Indra Devi (1899-2002), B. K. S. Iyengar (1918-), Sri Pattabhi Jois (1915-2009) y a su hijo, T. K. V. Desikachar (1938-). Estos maestros lo difundieron en Occidente.

Esta escuela del yoga intenta incorporar las ocho ramas tradicionales del yoga (conocidas como *ashtanga-yoga*) según lo expuesto por Patanyali en sus *Yoga-sutras*. Enfatiza el *viniasa* (movimiento sincronizado con la respiración) mediante un método progresivo de series de posturas con una respiración específica (*uyáii pranaiaama*).

Según sus adeptos, esta práctica produce calor interno y abundante sudoración. Este calor purifica los músculos y los órganos, elimina toxinas y permite que el cuerpo se reconstituya. Este método requiere mucha elasticidad y fuerza muscular, y está recomendado para quienes deseen bajar de peso y aumentar su fuerza y elasticidad.

Kriyá yoga

Según el *Bhágavata-purana* (4.13.3), el *Yoga-sūtra* (2.1) y el *Kriyā yoga sāra* (una sección del *Padma-purana*), el *kriiá-yoga* es la forma práctica del yoga, un tipo de devoción activa: unión con la divinidad mediante la debida práctica de los deberes cotidianos.

El *kriyá yoga* fue popularizado en Occidente por Paramahansa Yogananda en su libro *Autobiografía de un yogui*. Según este autor, el *yoga kriiá* acelera la evolución espiritual y genera un profundo estado de la tranquilidad. Las técnicas del *kriyá yoga* fueron popularizadas por el yogui Lajiri Majashaia. Se trataría de una forma mística del *pranaiaama*, o sea, el control de la energía respiratoria.

La palabra sánscrita *kriiá* significa:

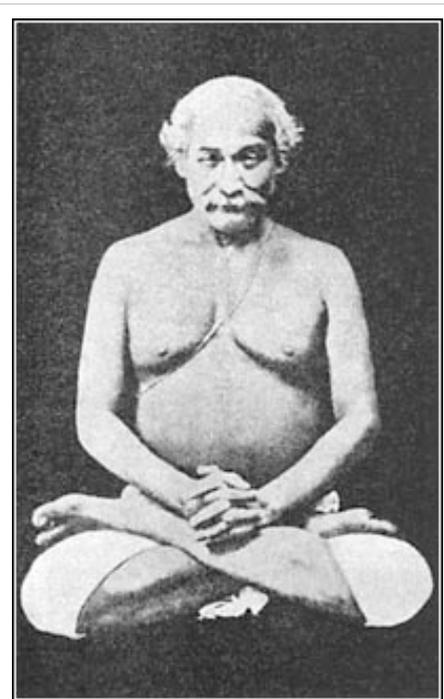
- acción, realización, ocupación, negocio, trabajo, labor (según el *Katiana-shrauta-sutra* y las *Leyes de Manú*).
- acción física, ejercitamiento de los miembros (según lexicógrafos como Amarasimja y Jemachandra).
- investigación judicial (por medios humanos, como testigos, documentos, etc) o por medios sobrehumanos
- expiación de una culpa
- acción (como la idea general que se puede expresar con un verbo).
- verbo. Según los gramáticos hay dos tipos de verbos: *sakarma-kriiá* ('activos') y *akarma-kriiá* ('intransitivos').
- sacrificio, rito religioso
- acción religiosa, hija de Kardama y esposa de Dharma

En cambio, según Yogananda la palabra *kriiá* significa 'limpieza' (ya sea ésta física o mental), aquella que ayuda a eliminar las *kleshas* (impurezas) que plagan las acciones de sus seguidores.

Según las doctrinas del yoga, los *kleshas* son:



Una clase de yoga en Texas (Estados Unidos).



Lajiri Majashaia sentado en posición de loto.
Fotografía tomada del libro *Autobiografía de un yogui*, de Paramahansa Yogananda.

- *avidyā*: ignorancia
- *asmitā*: egoísmo
- *raga*: deseo
- *duesha*: odio
- *abhinivesha*: tenacidad por la existencia mundana.

Mediante la respiración calmada del *kriyā yoga* los latidos del corazón se aquietan. Como resultado, la energía vital se desconecta de los cinco sentidos y la mente adquiere entonces el estado consciente de *pratiājara*, o sea, el retraimiento de los sentidos de los objetos externos (siendo *prati*: ‘poco’ y *ajara*: ‘comer’).

Kundaliní yoga

Fue introducido en Occidente en los años setenta por Yogui Bhajan. El *kundaliní yoga* incluye *ásanas* (posturas), *pranaiama* (control de la respiración), canto de *mantras*, *mudrás* (gestos rituales) y *kriyās* (ejercicios).^[2]

Las posturas son sencillas y, en ocasiones, acompañadas de una respiración dinámica, conocida como «respiración de fuego». Requiere poca exigencia física y la práctica genera tranquilidad mental y vitalidad.

El kundaliní yoga enfatiza:

- La lentitud del movimiento.
- La concentración mental en el movimiento.
- La respiración profunda durante su práctica.
- La inmovilidad total en la postura mantenida.
- La relajación durante y después de cada ejercicio.



Yogui en posición de loto practicando respiración *pranaiama*.

Escuelas modernas

Otros tipos de yoga creados en la segunda mitad del siglo XX (presentados en orden alfabético):

- *Mimansa yoga*.
- *Natha yoga* ('yoga del baile', yoga terapéutico, sistema que integra varios métodos de yoga, apuntando a la educación).
- *Purna yoga* ('yoga completo', síntesis moderna de varios métodos de yoga).
- *Sajayá yoga* es un yoga creado en 1970 por Sri Mátayi, cuyo objetivo es el desarrollo integral del ser humano o, lo que es lo mismo, conseguir la consciencia plena del verdadero ser espiritual. Para llegar a este objetivo es necesario despertar una energía que reside en nuestro hueso sacro, conocida por los hinduistas con el nombre de Kundalini. Con el método propuesto por el sajaya-yoga, este despertar ocurre de una manera espontánea y natural, sin forzar nada en ningún momento.
- *Sarva yoga* ('yoga de todo', integración moderna del *haṭha yoga* y el *bhakti yoga*).
- *Swásthya yôga* es el nombre de la escuela fundada por el maestro brasileño DeRose en el siglo XX. Según el autor, el *suasthia-yoga* es la codificación y sistematización de un tipo de yoga estrictamente práctico, preclásico, pre-védico y pre-ario, de linaje *tantra-samkhia* (por lo tanto matriarcal, sensorial, desrepresor, naturalista y técnico). Su nombre erudito sería *dakshina-achara-tántrika-niríshwara-samkhia-yoga* (yoga ateo tántrico). Según sus seguidores, el *suasthia yoga* es la sistematización del yoga original y más antiguo. Consideran que el yoga clásico (de Patanyali) es una forma posterior.^[3]

El tantra no se considera un tipo de yoga ^[cita requerida] (a pesar de que algunos lo llaman *tantra yoga*), sino que es otra doctrina hinduista.

Doctrinas del yoga

Los textos que establecen las bases del yoga son la *Bhagavad-guitá*, los *Yoga-sūtras* (de Patanyali), el *Gueranda-samjitá*, el *Yoga-darshana-upanishad* y el *Jatha-ioga-pradípika*.

Según las doctrinas hindúes en las que se asienta el yoga, el ser humano es un alma (*yivatman*) encerrada en un cuerpo (*rupa*). El cuerpo tiene varias partes: el cuerpo físico (*deja* o *sharira*), la mente (*mana*), la inteligencia (*gña*) y el ego falso (*ajankara*).

Para llevar una vida plena, es preciso satisfacer tres necesidades: la necesidad física (salud y actividad), la necesidad psicológica (conocimiento y poder) y la necesidad espiritual (felicidad y paz). Cuando las tres se hallan presentes, hay armonía. El yoga es una sabiduría práctica que abarca cada aspecto del ser de una persona. Enseña al individuo a evolucionar mediante el desarrollo de la autodisciplina. El yoga también está definido como la restricción de las emociones, que son vistas como meras fluctuaciones (*vritti*) de la mente. Los seguidores del hinduismo distinguen entre el alma (impasible, sin emociones) y la mente (siempre fluctuante y llena de ansiedades).

Según algunos, el yoga ofrece los medios para comprender el funcionamiento de la mente, o incluso sería el arte de estudiar el comportamiento de la mente. Pero otros opinan que el yoga no estudia nada, no se trata de un esfuerzo intelectual sino de una experiencia mística, que entre otras cosas ayuda a serenar los incesantes movimientos de la mente, conduciendo a un imperturbable estado de silencio mental. Los vaisnavas (adoradores de Visnú) niegan este concepto, y dicen que no se puede silenciar a la mente, sino que se la debe ocupar en actividades espirituales (ofrecidas a Dios), que al mismo tiempo satisfarían la ansiedad de la misma y la purificarían de los deseos materiales.

El yoga es, pues, el arte y la ciencia de la disciplina mental a través de la que se cultiva y madura la mente. No es una ciencia en el sentido occidental de la palabra. Los hindúes utilizan el concepto de ciencia porque saben que en el más racionalista mundo occidental la ciencia está bien conceptuada.

El yoga busca llegar a la integración del alma (*yiva-atman*) individual con Dios (el Brahman) o con su deidad (*avatar*). Esa re-unión se llama samādhi, a través de la cual se accede a la liberación (*moksha*).

Textos fundamentales del yoga

«Bhagavad guitá»

En el *Bhagavad-guitá* ('el canto del Opulento'), el dios Krishná (también llamado Bhagaván) establece de manera extremadamente somera cuatro corrientes principales del yoga (presentadas en orden de importancia, según los estudiosos del *Bhagavad-guitá*):

- El *ashtanga-yoga* (o 'yoga de los ocho pasos', con práctica de *āsanas* o posturas).
- El *gñana-yoga* (o búsqueda intelectual del Absoluto, mediante el estudio de lógica y la meditación),
- El *karma-yoga* (o yoga de la acción dedicada a Dios).
- El *bhakti* ('devoción' dirigida hacia Krishná como persona).

«Yoga sutra», de Patanyali

En el *Yoga sutra*, Patanyali define el yoga con el siguiente aforismo:

योगः चित्त-वृत्तनिरोधः

(*yogah chitta-vritti-nirodhah*)

- *Yoga sūtra* 1.2

siendo *chitta*: 'consciencia', *vritti*: 'fluctuaciones, movimientos' y *nirodha*: 'restricción, supresión, control'.^[4] La traducción literal es, pues: 'El yoga es la restricción de las fluctuaciones de la consciencia', [cita requerida]



El pensador Patañjali representado como una deidad hinduista (encarnación de la serpiente Adi Shesha, otro aspecto de Sankarshana).

Algunos estudiosos del yoga, durante el siglo XX, en Occidente

- Ananda Kumara Swami (Ananda Coomaraswamy) (1877-1947).
- Paul Masson-Oursel (1882-1956).
- Giuseppe Tucci (1894-1984).
- Mircea Eliade (1907-1986).
- Ramiro Calle (1943-).

Referencias

- [1] Según G. Feurstein (*Libro de texto de yoga*, pág. 53): «Pueden detectarse vestigios de una forma primitiva de yoga ya en la denominada civilización del Indo que floreció en los milenios segundo y tercero a. C.».
- [2] Danilo Hernández: *Claves del yoga* (pág. 32), 1997.
- [3] «You will find in Yajnavalkya-Smriti that Hiranyagarbha (Supreme Lord of the universe) was the original teacher of Yoga. Patanjali Maharshi is only a complier or explainer of the Yogic principles and tenets taught and practised by Hiranyagarbha and others» (Swami Sivananda, *Ten Upanishads*, pág. 15).
- [4] Iyengar: *Yoga sūtras* (pág. 94), 2003.



Mircea Eliade, historiador de las religiones, en un sello de Moldavia.

Bibliografía

- Calle, Ramiro (1998). *El libro de los yogas*. Madrid: Edaf. ISBN 84-414-0307-4.
- DeRose, Maestro (2007). *Tratado de yôga, Yôga shâstra*. [2007]. San Pablo (Brasil): Nobel. ISBN 978-85-213-1361-8.
- Eliade, Mircea (1998). *El yoga. Inmortalidad y libertad (Le Yoga. Immortalité et liberté)*. [1972]. México: Fondo de Cultura Económica. ISBN 968-16-3529-9.
- —. *Técnicas del yoga (Techniques du yoga)*. [1948]. Barcelona: Kairós, 1999. ISBN 84-7245-476-2.
- Hernández, Danilo (1997). *Claves del yoga. Teoría y práctica*. [2005]. Barcelona: La Liebre de Marzo. ISBN 84-87403-27-1.
- Iyengar, B. K. S. (2001). *El árbol del yoga (The tree of yoga) [1988]*. Barcelona: Kairós. ISBN 84-7245-413-4.
- — (2003). *Luz sobre los «Yoga sutras» de Patañjali (Light on the “Yoga sutras” of Patañjali)*. [1993]. Barcelona: Kairós. ISBN 84-7245-525-4.
- Jung, Carl Gustav (2008). *Obra completa: Volumen 11. Acerca de la psicología de la religión occidental y de la religión oriental. XII. El yoga y Occidente*. Madrid: Trotta. ISBN ISBN 978-84-8164-902-4 / ISBN 978-84-8164-907-9.

Enlaces externos

- Wikiquote alberga frases célebres de o sobre **Yoga**. Wikiquote
- Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Yoga**. Commons
- Wikcionario tiene definiciones para **yoga**. Wikcionario

Ayurveda

El *ayurveda* o *aiur-veda*^[1] es un antiguo sistema de medicina tradicional originado en la India.

- *āyurveda*, en el sistema AITS (alfabeto internacional de transliteración del sánscrito).
- आयुर्वेद, en escritura devanagari del sánscrito.
- Pronunciación:
 - /áiur vedá/ en sánscrito^[2]
 - /aiurvéda/ en inglés y español
- Etimología: el término sánscrito *aiur-veda* es un *tat purusha* (compuesto de términos) formado por *āyuh* [áiuj]: ‘duración de la vida’ y *vedá*: ‘verdad, conocimiento’.^[3]

Según la doctora Margaret Chan (directora general de la Organización Mundial de la Salud), la medicina aiurvédica es —junto con la medicina tradicional china— uno de los sistemas médicos vigentes más antiguos del mundo.^[4]

Textos aiurvédicos

No existe un texto llamado *Ayurveda*. Los tres textos antiguos considerados la base de la medicina aiurvédica son:

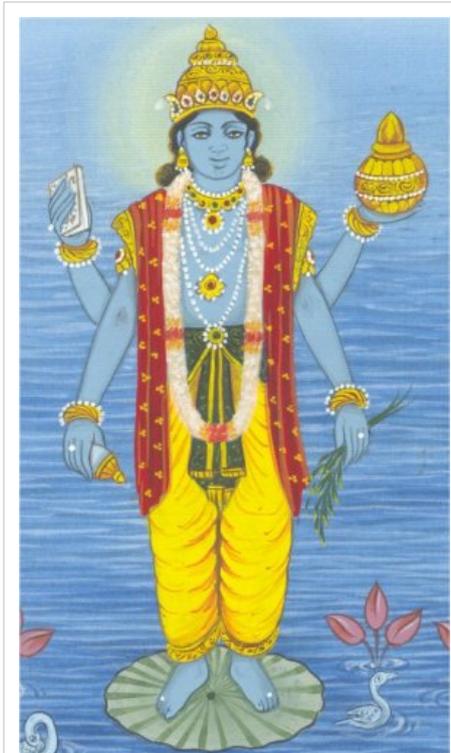


Imagen del médico Dhanwantari, convertido en un avatar del dios Visnú (y como él, de cuatro brazos). Los hinduistas creen en el origen divino de la medicina ayurveda.

- el *Súsruta-samjita*, atribuido a Súshruta (entre el siglo IV a. C. y el siglo III d. C.) es el texto más antiguo; se trataba de una temprana farmacopea y describía 700 plantas medicinales, 64 preparaciones de fuentes minerales y 57 preparaciones de origen animal.
- el *Cháraka-samjita*, atribuido a Cháraka (hacia el siglo II d. C.), durante el reinado del rey Kaniska.
- el *Astanga-jrídaia-samjita*, atribuido a Vagbhata, quien posiblemente fue un monje budista que residió en Sindh.^[cita requerida] El texto es un compendio de tratamientos médicos descritos tanto por Cháraka como por Súsruta, por lo que sería posterior a ambos.^[cita requerida]

Autores

No se conoce desde cuándo se practica la medicina aiurveda en el subcontinente índico. En los cuatro *Vedas* (*Rig*, *Sama*, *Iáshur* y *Átharva*, antiquísimos textos épicos y mitológicos de entre mediados y fines del II milenio a. C.) no se menciona ningún tipo de medicina. En el *Átharva-veda* (fines del II milenio a. C.) se mencionan 14 oraciones para pedir a los dioses que curen las enfermedades, lo que podría indicar que aún no existía una «medicina tradicional india».

Los textos aiurvédicos recogen las doctrinas médicas del periodo posvédico (después del siglo VII a. C.). Son de autoría diversa: desde el mítico dios Dhanu Antari (el avatar de la medicina) hasta los apenas conocidos.

Datación

Algunos sitios en internet declaran que la medicina ayurvédica existía desde la cultura de Mojensho-Daro (2600-1900 a. C.), pero no aportan pruebas de ello.

Quizá el tratado aiurvédico más antiguo sea el *Súsruta-samjita* (siglo VI a. C.).

Base doctrinal de la medicina ayurvédica

La medicina ayurvédica describe los cinco «elementos fundamentales»:

1. *bhumi* ('tierra').
2. *yala* ('agua').
3. *agní* ('fuego').
4. *vaiú* ('aire').
5. *akasha* ('éter').

Los tres doshas

Una de las bases de la medicina ayurvédica son los *doshas* (palabra sánscrita que significa 'humores' o 'aires vitales', aunque desde fines del siglo XX se prefiere traducir con términos de apariencia más científica: 'temperamentos', 'biotipos', 'energías', 'fuerzas' o 'principios metabólicos'). La medicina ayurveda clasifica tres humores, en relación a los que genera el tratamiento:

- *vata* ('aire' en sánscrito) representa la unión del aire y el éter
- *pitta* ('bilis' en sánscrito) representa la unión del fuego y el agua
- *kapha* ('flema' en sánscrito). representa la unión del agua y la tierra.

En Occidente —posiblemente en un esfuerzo por darle más importancia al ayurveda y hacerlo aceptable para el vulgo— existe un consenso entre varios autores^[cita requerida] en que en el idioma sánscrito original estas palabras no significarían 'aire', 'bilis' y 'flema', sino que tendrían significados más amplios o más profundos.

Cada persona se identifica con un dosha principal, teniendo en cuenta su constitución y características físicas. De esta forma, se determina que pertenecen al dosha vatta las personas de cutis claro y piel sensible, con cabello seco y de complexión delgada. Suelen presentar una anatomía delgada y con tendencia a perder peso, venas muy pronunciadas y una estructura ósea reducida.

Por su lado, las personas del dosha pitta se caracterizan por poseer una piel grasosa y venas traslucidas, cabello fino de tonos suaves y un conjunto óseo mediano. Pueden tener tanta facilidad para aumentar de peso como para perderle, así como a padecer problemas nerviosos y de tensión.

Mientras que al dosha kapha pertenecen aquellos individuos de complejiones y físicos grandes, con una gran tendencia al aumento de peso y a poseer mayor fuerza física. La piel y el cabello suelen ser grasosos, así como grueso y oscuro en el caso de este último. Su carácter es predominantemente pacífico y muy calmado.

Los 24 tattwas (principios cósmicos)

La medicina ayurveda considera que la realidad está constituida de 24 principios cósmicos o *tattwás* (los mismos del sistema sankhya):

1. *prakriti*: naturaleza primaria o primordial.
2. *majat*: inteligencia cósmica.
3. *ajankara*: ego.
4. *manas*: mente.
5. *pañcha tan-matra*
6. ('cinco objetos'):
7. oído
8. tacto
9. vista
10. gusto
11. olfato
12. *pañcha gñana-indrĭa*
13. ('cinco órganos de conocimiento'): órganos de los sentidos (receptivos):
14. oídos
15. piel
16. ojos
17. lengua
18. nariz.
19. *pañcha karma-indrĭa*
20. ('cinco órganos de acción'):
21. boca
22. manos
23. pies
24. pene
25. ano
26. *pañcha maja-bhuta*
27. ('cinco grandes elementos'):
28. tierra
29. agua
30. fuego
31. aire
32. éter.^[5]

La medicina ayurveda comprende ocho disciplinas diferentes:

- *kaia chikitsa* (medicina del cuerpo).
- *shalia chikitsa* (extracción de astillas).
- *shalakia chikitsa* (limpieza del ojo con una púa de puercoespín).

- *kaumara bhritya* (cuidado del bebé; debido a la mortalidad infantil típica de la época del áyurveda, en la India hasta la actualidad a los bebés menores de dos años se les dice *ku-mara*, ‘muere-fácil’).
- *bhuta vidiá* (‘sabiduría sobre el espíritu’, psicología).
- *agada tantra* (antídotos para venenos).
- *rasaiana* (elíxires de la juventud).
- *vayi karana* (‘causa de fuerza’, alimentos afrodisíacos).

Además del aprendizaje de estas disciplinas, el *Áiur vedá* exigía el conocimiento de diez artes indispensables para la preparación y aplicación de las medicinas, a saber:

- destilación
- habilidades operativas
- cocina
- horticultura
- metalurgia
- manufactura del azúcar
- farmacia
- análisis y separación de minerales
- composición de metales
- preparación de álcalis.

Al finalizar la iniciación, el gurú se dirigía en tono solemne a sus estudiantes para encaminarlos hacia una vida de castidad, honestidad y vegetarianismo.

Se esperaba del estudiante que se dedicara en cuerpo y alma a los enfermos; que no traicionara ningún paciente envenenándolo en beneficio propio; que se vistiera de manera modesta y que evitara darse a la bebida; que tuviera autocontrol y que moderara sus palabras; que constantemente se esforzara en mejorar su conocimiento y sus habilidades técnicas; que fuera amable y modesto en casa del enfermo, prestando máxima dedicación al paciente; que no difundiera datos sobre el enfermo o su familia; y que si no preveía la curación, que se lo guardara para sí mismo si lo contrario pudiese causar daño a los más allegados.

Estos preceptos son parecidos a los del juramento hipocrático.

Se desconoce la duración de la formación de médico.

El médico se formaba gracias a los textos, a la observación directa (*prati aksha*) y a la inferencia (*anumana*).^[cita requerida]

El conocimiento sigue el patrón cósmico-religioso unificador propio de esta cultura: se describían 360 huesos, como los días del año.

Se trata de conectar e interrelacionar todo, al igual que sucede en la medicina tradicional china. Y, como en ésta, se creía que todo cuanto existía estaba hecho de sólo cinco elementos (*mahá bhutá*): tierra, agua, fuego, aire y éter.

Creían también que el cuerpo estaba formado por la combinación de ‘tres humores’ *tri doshá* (parecidos a los «humores» de la medicina griega):

- *vata* (‘aire’).
- *pittá* (‘bilis’), hecho principalmente de fuego (presumiblemente porque la bilis —al ser muy alcalina— genera ardor).
- *kapha* (‘moco’), constituido principalmente por agua.

Las diferentes combinaciones entre ellos daban lugar a los diferentes fluidos y tejidos del cuerpo humano, y la alteración de su equilibrio natural daba origen a la enfermedad.^[6]

Tratamientos aiurvédicos

La medicina aiurveda incluye dieta y medicamentos de herboristería y hace hincapié en el uso del cuerpo, la mente y el espíritu en la prevención y el tratamiento de enfermedades. Es lo que se denomina una medicina mente-cuerpo, cuya premisa es despertar el natural equilibrio del sistema mente-cuerpo para hipotéticamente curarse a sí mismo.

Dos estudios realizados en Estados Unidos concluían que hasta 20% de los preparados aiurvédicos examinados contenían niveles tóxicos de metales pesados como plomo, mercurio o arsénico. Además, estos estudios también alertaban de los inexistentes controles de calidad o el uso de hierbas que contienen otras sustancias nocivas.

Plantas medicinales

Los remedios, principalmente plantas, se eligen por su capacidad de armonizar el equilibrio entre el paciente y las influencias básicas de la vida, tales como la dieta, el trabajo y la vida familiar.

La medicina aiurvédica describe 2700 plantas medicinales diferentes.^[cita requerida] La farmacopea ayurvédica producida por el Ministerio de Salud de la India está contenida en 5 volúmenes e incluye monografías oficiales de 418 plantas medicinales.^[cita requerida]

Masaje abhiangam

Una de sus herramientas fundamentales es el masaje *abhiangam*, que —en el caso de algunos *doshas*— se realiza con aceites naturales especialmente prescritos por el médico y, en otros casos, se realiza en seco. Existen otros sistemas de masaje aiurvédico como la *marmaterapia*, que se aplica mediante la estimulación de los puntos clave denominados *marmas* y que requiere una experiencia y conocimientos superior al *abhiangam*. Uno de los tratamientos básicos de la medicina aiurvédica es el *śirodhara*, que consiste en verter durante 40 minutos sobre la frente una mezcla tibia de aceites y hierbas.

Pinda-sueda

La medicina aiurvédica utiliza los *pinda-sueda* (siendo *piṇḍa*: ‘bola, masa’ y *sveda*: ‘sudor’),^[7] unos tampones de tela rellenos de plantas medicinales de la India y aceites esenciales de grado alimentario con los que el terapeuta puede hacer más intensa la relajación.

La medicina ayurvédica en la actualidad

En la India

El ayurveda es el sistema médico tradicional más importante de la India.

Administrativamente, la medicina ayurvédica está incluida dentro de una de las tres divisiones más importantes del Ministerio de Salud y Bienestar de la Familia, y forma parte del Departamento AYUSH (acrónimo de ayurveda, yoga, unani, siddha y homeopatía).^[8] Para graduarse de médico ayurvédico hay que estudiar durante 5 años y medio. La carrera se estudia en 256 colleges (colegios universitarios), muchos de los cuales dependen de universidades. En el año 2010 se admitieron 13 037 alumnos. Existen 64 instituciones de postgrado donde son admitidos 1110 alumnos cada año, para realizar la especialización en algunas de las 16 ramas del ayurveda. En el último censo —realizado en el año 2010— había registrados 478 750 profesionales. Hay 2458 hospitales aiurvédicos con una capacidad instalada de 44 820 camas.

Las instituciones aiurvédicas más reconocidas en la India son:

- el Institute of Post Graduate Teaching & Research in Ayurveda (‘instituto de posgrado de docencia e investigación de medicina ayurvédica’) en Yamnagar (estado de Guyarat).
- la Gujarat Ayurved University (‘universidad ayurvédica de Guyarat’) en Yamnagar (estado de Guyarat).
- el National Institute of Ayurveda (‘instituto nacional de medicina ayurvédica’) en Yaipur (estado de Guyarat).

En Occidente

En los países occidentales, el ayurveda funciona como un sistema médico alternativo y complementario de la medicina basada en la evidencia. Muchas universidades médicas occidentales incluyen cursos, posgrados y especializaciones sobre ayurveda.^{[9][10][11]}

Actualmente hay un interés mayor en la medicina ayurvédica, puesto que sus seguidores creen que da una visión completa de los desequilibrios del ser humano al considerar aspectos de la naturaleza interna y externa del mismo.

Notas

- [1] El término sánscrito *ayurveda* debe ir con minúsculas, ya que no se trata de un texto (el *Ayurveda*) sino de una doctrina o de un tipo de medicina.
- [2] El término sánscrito *Veda* se pronuncia agudo, /vedá/, según el *Sanskrit-English Dictionary* del sanscritólogo británico Monier Monier-Williams (1819-1899). Como en inglés o en francés *veda* no lleva tilde, en español se ha pronunciado tradicionalmente como grave: /véda/, por lo que en los años 2010 la RAE lo incluyó sin tilde en su *Diccionario de la lengua española*.
- [3] http://biblioteca.itam.mx/estudios/estudio/letras36/notas3/sec_2.html
- [4] Discurso (<http://www.who.int/dg/speeches/2008/20081107/es/>) de la Dra. Margaret Chan (directora general de la OMS ante el Congreso sobre Medicina Tradicional).
- [5] David Frawley: *American Institute of Vedic Studies health care professional's independent study course in ayurveda* (pág. 128). American Institute of Vedic Studies, 1992.
- [6] R. F. G. Müller: *The tridosha doctrine traced to breath as soul* (1933).
- [7] En idioma sánscrito, *suedanam* significa 'sudar'. El término sánscrito *sueda* ya ('nacido del sudor') es un nombre que se le da a los insectos y gusanos, ya que la medicina ayurvédica cree que estos nacen por generación espontánea a partir de la transpiración...
- [8] El término *ayush* es también un juego de palabras, ya que en varios idiomas indios (como el sánscrito y el hindi), *áyush* o *áiush* significa 'longevidad', y es justamente el origen etimológico de la palabra *ayurveda*.
- [9] <http://www.medicinaayurveda.org/xiii-curso-universitario-anual-de-medicina-ayurveda-352>
- [10] www.fmed.uba.ar/posgrado/actualizacion/actualiz.htm
- [11] <http://www.escuelaayurveda.com>

Bibliografía

- Antillón J.: *Historia y filosofía de la medicina*. San José de Costa Rica: Editorial de la Universidad de Costa Rica, primera edición, 2005, págs. 19-20.
- Frawley, David: *Salud ayurveda, guía práctica de terapias ayurvédicas*. Barcelona (España): Ayurveda (http://openlibrary.org/books/OL25254628M/Salud_Ayurveda), 2012.
- Berra, Jorge Luis: *Ayurveda, una medicina milenaria al servicio del cuerpo, la mente y el espíritu* (240 páginas). Buenos Aires: Paidós, 2009. ISBN 978-950-12-4811-1.
- Frawley, David: *Ayurveda y la mente: la sanación de la conciencia*. Bogotá (Colombia): Ayurveda, 2011. ISBN 978-9584484543
- Gargantilla P.: *Breve historia de la medicina: del chamán a la gripe A*. Editorial Nowtilus, primera edición, 2011. Págs. 62-65.
- Lama A.: *Historia de la medicina*. Santiago de Chile: Mediterráneo, 2004, págs. 40-48.
- Universidad San Sebastián: *Médicos en el extremo Oriente y las dos Indias*. Historia de la medicina, 2012, págs. 79-82.
- Morningstar, Amadea: *El libro de cocina ayurvédica*. Bogotá (Colombia): Ayurveda, 2013 ISBN 978-9584499325.

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Ayurveda**. Commons
- Ayurved.org (<http://www.ayurved.org/examen-Ayurveda>) (examen ayurvédico gratuito en línea).
- Ayurveda-web.com (<http://www.ayurveda-web.com/testDosha.htm>) (cuestionario de 35 preguntas para deducir la propia constitución).
- «La Medicina en la antigua India. Evolución de la Medicina. Concepto de enfermedad. Higiene. Organización de la profesión médica» (http://www.med.unne.edu.ar/kinesiologia/catedras/introduc/historia/02_07.pdf), monografía publicada en la Universidad Nacional del Nordeste, 2007.

Medicina holística

La **medicina holística**, es una terapia alternativa/complementaria^[1] (aunque en muchas ocasiones se la categoriza como pseudociencia) que se basa en los poderes de sanación naturales del organismo, las formas en que los tejidos interaccionan y la influencia del medio ambiente^[cita requerida]. Emplea tratamientos tanto modernos como tradicionales. Tiene aplicación tanto en seres humanos como animales en general. Al ser humano se le considera como una unidad: cuerpo, mente y espíritu. El enfoque pretende tratar al paciente y no a su enfermedad.

Tipos

Ésta está directamente relacionada con la medicina homeopática, acupuntura, medicina física, fitoterapia, medicina nutracéutica, terapia floral y aromaterapia. Cada uno tiene sus características propias y procedimientos específicos y alternativos a la medicina tradicional, aplicada a humanos o animales.

Definiciones

- Homeopatía: terapia con base en la creencia de que determinadas sustancias, diluidas de forma exponencial hasta casi desaparecer, tienen efectos terapéuticos. De acuerdo con estas creencias, para que un remedio sea eficaz, debe causar los mismos síntomas que se están tratando en el paciente. Fue propuesta por el médico Alemán, Samuel Hahnemann. Está considerada como una pseudociencia por la comunidad científica.
- Acupuntura: terapia de curación china diseñada para reequilibrar o desbloquear el flujo de energía del cuerpo. Se usan agujas en ciertos puntos del cuerpo, que se corresponden con los puntos en los meridianos por donde se cree que fluye la energía.
- Fitoterapia: tratamiento de las enfermedades por medio de plantas; medicina a base de plantas o sustancias vegetales.
- Medicina nutracéutica: véase Medicina Natural
- Terapia floral: de Edward Bach. Conocidas generalmente como flores de Bach. Está considerada como una pseudociencia por la comunidad científica.
- Aromaterapia: uso terapéutico de los aceites esenciales para liberar el estrés nervioso, aumentar el bienestar y proporcionar salud y vitalidad. La aromaterapia no ha conseguido demostrar que posea algún valor terapéutico.
- Arboterapia: terapia que propugna el reencuentro con la naturaleza mediante convivencia y abrazos a los árboles, en busca de la paz y la armonía de los bosques y como medio para sentirse mejor, desarrollar los sentidos, disminuir el estrés y la ansiedad.^[2]

Problemas que trata

- De índole física: malestares como contracturas, jaquecas, hernias, musculares, entre otros.
- De índole psicológica : estados anímicos bajos, depresiones, angustia, ansiedad, entre otros.

Notas

- [1] La medicina alternativa es un término que designa diversas prácticas que no pertenecen realmente al campo de la medicina como lo refiere Bratman en *The Alternative Medicine Sourcebook* (1997) ISBN: 1565656261, y cuya efectividad no ha sido probada consistentemente.
- [2] Herrero Uceda, Miguel. "Arboterapia - Los árboles, terapia contra el estrés" (<http://www.arboterapia.elam.es/arboterapia-coria.jpg>). Tribuna. Octubre 2013

Referencias

Enlaces externos

- Análisis de situación (<http://www.msps.es/novedades/docs/analisisSituacionTNatu.pdf>) de las Terapias Naturales

Naturismo

Para otros usos del término, véase Naturismo (desambiguación).

El **Naturismo** es la doctrina que preconiza el empleo de los agentes naturales para la conservación de la salud y el tratamiento de las enfermedades.

La expresión "naturismo" ha sido tradicionalmente usada en este sentido por los "médicos naturistas" durante el último siglo. Por ejemplo, el Dr. Jaime Scolnik, MD, el más prestigioso médico naturista argentino, graduado como médico en 1933 en la Universidad Nacional de Córdoba, República Argentina, en una entrevista radial del año 1990, en Radio Nacional de Argentina, da testimonio de que en cincuenta años de ejercicio de la medicina no recetó jamás un fármaco, y atendió pacientes de toda Argentina y países vecinos. En la entrevista, da un completo panorama del "naturismo".^[1] El Dr. Scolnik, pionero del naturismo, usaba textualmente el término "naturismo".^[2]

En idioma castellano, el movimiento nudista suele autodenominarse con la expresión "naturista". El Diccionario de la Real Academia Española, en su última edición, vigésima segunda edición, da el siguiente significado para la palabra "nudismo".

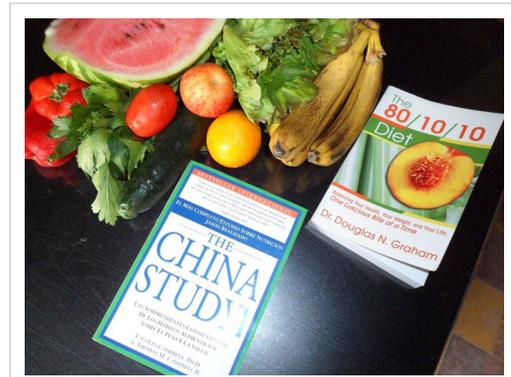
"(Del lat. nūdus, desnudo, e -ismo). 1. m. Actitud o práctica de quienes sostienen que la desnudez completa es conveniente para un perfecto equilibrio físico e incluso moral. 2. m. Doctrina o teoría que lo propugna."

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. Diccionario de la Lengua Española.

"Nudismo" es la práctica del completo desnudo social, incluyendo en particular la desnudez pública de los órganos genitales.

El movimiento naturista

El naturismo es un movimiento muy diverso que se basa en el regreso a aquello que consideran que es más natural. Incluye algunas veces, no siempre, la práctica de la desnudez en determinados lugares públicos como el nudismo, así como un estilo de vida que suele incluir el ecologismo, la promoción de la agroecología, la permacultura, el vegetarianismo, el veganismo, el crudiveganismo, el crudivorismo, el frutarianismo, el descalcismo,^[3] etcétera. También existe una especialidad médica llamada medicina naturista, que es aquella que trata de mantener la salud o de restablecerla, con medios naturales, sin tener que recurrir a los remedios de origen químico. Históricamente estuvo vinculado al anarquismo, desde una perspectiva revolucionaria y emancipadora.^[4]



Mesa crudivegana con alimentos y libros usuales

Naturismo y nudismo

A menudo, los términos naturismo y nudismo se usan de manera indistinta, cuando se hace referencia a la desnudez. En tal sentido, la definición para **naturismo** de la Federación Naturista Internacional, traducida al castellano por la Federación Española de Naturismo, es la siguiente: *El Naturismo es una forma de vivir en armonía con la naturaleza, caracterizada por la práctica del desnudo en común, con la finalidad de favorecer el respeto a uno mismo, a los demás y al medio ambiente.* La práctica del nudismo es una forma de vida, recreativa, cultural y educativa, promoviendo el contacto con la naturaleza y bajo una vida comunitaria, libre, sin discriminaciones religiosas o sexuales. Defienden la posibilidad de practicar el nudismo en espacios públicos y Hogar. El movimiento nudista sostiene que ir vestido puede ser incómodo y, en cambio, que la desnudez es mucho más práctica y que puede proporcionar una sensación de libertad mientras se hace cualquier actividad, excepto en los casos en que no es apropiado, como por ejemplo cuando hace frío o cuando por causas culturales podría considerarse inapropiado. El nudismo también critica los cánones estéticos actuales y propugna que todos los cuerpos poseen belleza. A partir de esta reflexión se pretende que las personas se sientan más felices, en particular con su propio cuerpo y no discriminadas por la forma de éste. Es habitual que en ambientes nudistas haya discriminación contra hombres solos para acceder a sus instalaciones o a parejas o grupos de un mismo sexo. Se quiere favorecer más bien el naturismo siguiendo el modelo de familia tradicional de nuestra cultura. La forma habitual de practicar la desnudez es en zonas específicas y en el seno de una comunidad o grupo. Estas zonas pueden ser campings, poblaciones, piscinas o playas, entre otros posibles. Sobre todo en los centros privados suele reglamentarse la desnudez, de tal manera que habitualmente es obligatoria en determinadas zonas (excepto cuando la climatología sea adversa) e, incluso, prohibida en otros, como los comedores. Incluso hay un crucero nudista que prohíbe llevar piercings en los órganos genitales. El nudismo sostiene que la desnudez no es sexo, pero mantienen prohibiciones y discriminaciones para alejar cualquier manifestación que recuerde al sexo, excluyendo sólo la propia desnudez. Hoy en día incluso entidades oficiales, como Turespaña colaboran con centros nudistas para desarrollar un turismo nudista cada vez más numeroso y todavía emergente, a pesar de que también signifique colaborar en las discriminaciones por razón de sexo que ya se han señalado.

El desnudo

Parte del naturismo promueve también la igualdad social argumentando que en muchos casos la ropa pone barreras artificiales o dificulta la relación entre personas, asegurando aun así que las personas desnudas son más iguales entre ellas, independientemente de la clase social, ideología o religión. El naturismo pretende ser una filosofía socialmente constructiva y respetuosa con todo el mundo. Además el naturismo espera el mismo respeto. Hasta 32 federaciones nacionales se engloban en la Federación Naturista Internacional (FNI/INF), que agrupa a más de 350.000 personas y emite carnés que facilitan el acceso a distintos centros nudistas de vacaciones y distribuye su propia guía. Hasta 32 federaciones nacionales se engloban en la Federación Naturista Internacional (FNI/INF), que agrupa a más de 350.000 personas y emite carnés que facilitan el acceso a distintos centros nudistas de vacaciones y distribuye su propia guía. En España actualmente la práctica del naturismo y del nudismo son legales.^[5]

Nudistas cristianos

Existen cristianos que son naturistas, pero no nudistas, como es el caso de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, cuya líder Elena G. de White, promovió el abordaje de los malestares de salud de acuerdo con la Higiene Natural que surgía en aquel entonces, siglo XIX, en los Estados Unidos de América. Los nudistas cristianos son los cristianos que practican el nudismo, y son una parte del movimiento nudista.^[6] Creen que el cuerpo humano fue la mayor creación de Dios, por lo tanto no puede ser vergonzoso ni necesita ser escondido. Nudistas cristianos se pueden encontrar en casi todas las denominaciones de la cristiandad, y no encuentran ningún conflicto con las enseñanzas de la Biblia y vivir sus vidas y adorando a Dios sin ropa. Sin embargo, la mayoría tiene varios desacuerdos con la filosofía de la Nueva Era y el humanismo que es común entre otros nudistas y desean ser separados de ella. Esto incluye el rechazo absoluto de todas las formas de adoración a la naturaleza de todos los tipos. Según el relato del libro del Génesis, Adán y Eva estaban viviendo en el Jardín del Edén como cónyuges. Entretanto comieron la fruta que había sido prohibida por Dios, persuadidos por el diablo en la forma de una serpiente. Entonces sus ojos fueron abiertos y percibieron que estaban desnudos. Así juntaron hojas de higuera para confeccionar ropas primitivas para cubrir sus órganos sexuales. Éstas se hicieron insuficiente muy rápidos y Adán y Eva se escondieron de Dios entre los árboles.



Adán y Eva, por Durero (1507).

- Dios a Adán (con Eva): —¿Quién te dijo que estabas desnudo? (Génesis 3:11a)

Nudistas cristianos creen que fue el diablo, no Dios, quien les dijo que estaban desnudos. De acuerdo con esta línea, el diablo se han elegido los órganos sexuales como el área de la vergüenza porque, al contrario de Dios, no tiene la capacidad para crear vida. Ni habría sido la voluntad de Dios que Adán y Eva llevaran ropas, aunque pecaran. No obstante, Dios no desnudó Adán y Eva de sus hojas de higuera; al revés, les respetó el libre albedrío y les había hecho ropas de pieles de animales que implica un sacrificio de sangre. Entretanto, después de la crucifixión de Jesús el sacrificio de animales se tornó innecesario para la expiación de pecado. Por estas razones, nudistas cristianos creen que no necesitamos llevar ropa (excepto en clima frío u hostil) y la codicia de la carne puede ser evitada por el poder de Dios.

Respeto al medio ambiente

En teoría los naturistas disfrutan de la naturaleza y actúan para conservarla. Hay quienes proponen el ahorro energético y del uso racional de los recursos naturales, y a menudo practican la reducción, reutilización y reciclaje de residuos. Pretenden conseguir una sociedad sostenible así como preservar el medio ambiente por las generaciones futuras.

Deportes

El naturismo también promueve la práctica del deporte, especialmente al aire libre, para conservar una buena salud corporal. Aseguran que con el deporte se consigue una mejor flexibilidad, agilidad y buen funcionamiento del organismo. Destacan que los deportes pueden ser beneficiosos para la salud siempre que se hagan con una vertiente lúdica y no competitiva.

Salud del cuerpo y la mente

Un propósito del naturismo es promover la salud del cuerpo y de la mente, manteniendo los mismos valores de la cultura cristiano-occidental. El naturismo promueve la salud óptima a través del contacto completo del cuerpo con los elementos naturales: Sol, agua, aire y tierra. Mantienen también una dieta que consideran equilibrada, como la dieta mediterránea, la ovo-lacto-vegetariana, el vegetarianismo, el veganismo, el crudiveganismo, el crudivorismo, etcétera. Adicionalmente practican actividades como la sauna, la relajación o el yoga para conseguir esta salud. La luz del Sol produce una acción antiséptica evitando la proliferación de bacterias y hongos. Las prendas de ropa, que a menudo son sintéticas, dificultan la transpiración natural de la piel.

Respeto a las personas

El naturismo promueve el respeto a las personas y no se define por ninguna opción política o religiosa.

Referencias

- [1] Entrevista en Radio Nacional Argentina al Dr. Jaime Scolnik (<http://www.cadena3.com/contenido/2010/04/07/50488.asp>)
- [2] Como se curan las enfermedades por el Naturismo - Dr. Jaime Scolnik (<http://buenasiembra.com.ar/salud/articulos/naturismo-285.html>)
- [3] Pure Fruit - a film by Emile Bokaer (<http://vimeo.com/36666602>)
- [4] Ekintza Zuzena - Dossier: El naturismo libertario en la península ibérica (1890-1039) (http://nodo50.org/ekintza/article.php?id_article=310)
- [5] Ver legalidad en la web de la FEN (<http://www.naturismo.org/legal.html>)
- [6] CNC (<http://www.christiannc.com/purpose.htm>)

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Naturismo**. Commons
- Medicina Naturista en la Universidad de Zaragoza (<http://www.medicinanaturista.org>)
- Federación Naturista Internacional (<http://www.inf-fni.org/>)

-
- Esta obra deriva de la traducción parcial de *Naturisme*, publicada bajo la Licencia de documentación libre de GNU y la Licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 3.0 Unported por editores de la Wikipedia en catalán.
-

Alopatía

Alopatía es el término utilizado desde la homeopatía para caracterizar a la medicina convencional. Alude a que esta última se basaría en remedios que producen efectos diferentes^{[1][2]} a los síntomas que se quiere combatir. Este significado se opone al de homeopatía, que se basa principalmente en la cura de los síntomas empleando remedios que producen esos mismos síntomas.

Etimología

El término alopatía proviene del alemán *allopathie*, y éste de las raíces griegas ἄλλος (*alos*) [otro, distinto], y πάθος (*patos*) [sufrimiento].^[3] En oposición a esto, en el término homeopatía la primera raíz es en cambio ὁμοιος (*homoiios*) [semejante]. El uso actual de alopatía no procede del término griego ἀλλοπάθεια (*allopátheia*), que quiere decir «sujeto a influjos externos», sino que es un término inventado por Samuel Hahnemann.

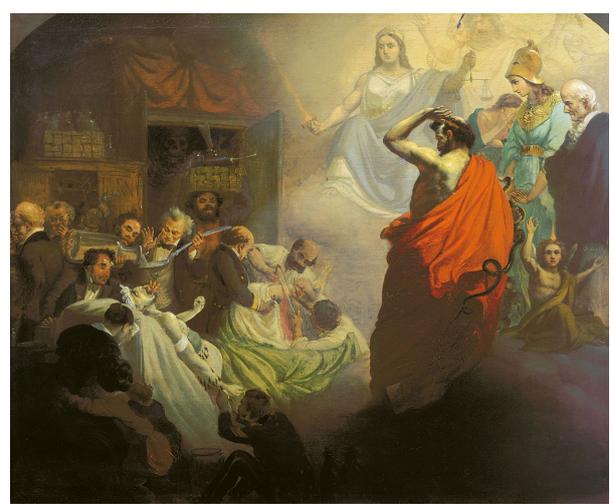
Origen

Etimológicamente, los términos alopatía y homeopatía parecen apropiados para designar la obediencia a dos aforismos griegos que han llegado a nuestra cultura a través de sendas fórmulas latinas:

- *Contraria contrariis curantur*, lo contrario se cura con lo contrario.
- *Similia similibus curantur*, lo semejante se cura con lo semejante.
- Junto a los anteriores existe un tercer aforismo, *Aequalia aequalibus curantur*, lo igual se cura con lo igual.

Los usos actuales del término alopatía, y los diversos conceptos que designa según quien lo pronuncie, no pueden entenderse si no es con relación a la invención por Samuel Hahnemann (1755-1843) de la escuela terapéutica conocida desde entonces como homeopatía. Esta escuela — que ha llegado hasta nuestros días permanentemente enfrentada a la medicina científica y, en menor medida, a la medicina pragmática — parte de la aceptación del principio *similia similibus curantur*, así como de ciertas innovaciones muy discutidas, como la dilución de los medicamentos hasta niveles más allá de lo permitido por el carácter particulado de la materia, y la dinamización, según la cual la especificidad de las propiedades crece, en contra de los conceptos termodinámicos, cuando se agita repetidamente el fármaco. Lo más importante desde este punto de vista es que la escuela homeopática no demuestra interés por los mecanismos de la enfermedad, viendo con menosprecio el empeño por explicar la enfermedad en términos de relaciones causales, empeño este último que ha ido creciendo en la misma medida en que la medicina se ha ido viendo influida y penetrada por la ciencia. La escuela homeopática, por el contrario, atribuye la enfermedad a causas espirituales, inaccesibles a la descripción causal, e identifica la enfermedad con sus síntomas, y es a la corrección de éstos, solamente, a lo que aplica su esfuerzo. Es en este contexto donde cobra toda su importancia la distinción que Hanehmann hace entre cuatro estrategias terapéuticas:

- El método **homeopático**. Partiendo del principio *similia similibus curantur*, emplea remedios que producen los mismos síntomas que se quiere curar. Para Hanehmann éste es el único método efectivo.



Pintura alegórica de Alexander Egorovich Beideman (1857) mostrando el horror con que la Homeopatía y Samuel Hahnemann contemplan a la medicina de la época.

- El método **isopático**. Se basa en el principio *aequalia aequalibus curantur*, y trata de curar usando la misma sustancia que ha provocado la dolencia, lo que, según Hahnemann, sólo puede agravar la enfermedad.
- El método **antipático** o **enantiopático**. Parte del principio *contraria contrariis curantur*, para usar medicamentos que provocan síntomas opuestos a los que sufre el paciente. Para Hahnemann esto puede aliviar temporalmente al enfermo, pero es a costa de debilitar su **espíritu vital**. Este principio vitalista y dualista, rechazado por la ciencia progresivamente desde el siglo XIX, es fundamental para Hahnemann, porque todas las enfermedades tendrían su causa en el desequilibrio espiritual.
- El método **alopático**. Trata de curar con medicamentos cuyos efectos perceptibles (síntomas) no guardan ninguna relación específica con los síntomas que tratan de curar. Para Hahnemann, esta conducta es insensata, y sólo puede servir para multiplicar los síntomas, sumando otros nuevos a los existentes, es decir, añadiendo nuevas enfermedades a los síntomas del paciente. El método alopático ignora o desprecia por igual los tres aforismos clásicos.

Uso

W.W. Skeat atribuye a la palabra inglesa *homoeopathy* (*Concise Dictionary of English Etymology*, 1884) haber resultado de la transformación del griego ὁμοπάθεια, explicando su significado como «semejanza en las emociones o la situación» (*likeness in feeling or condition*), sin referencia alguna a un uso médico. Según J. Corominas, la palabra homeopatía entró en la lengua castellana en 1884.^[4]

El uso moderno en inglés del término alópata fue acuñado en el Siglo XIX por los homeópatas para referirse a aquéllos que practican la medicina sin respetar los principios hahnemannianos. El *Oxford English Dictionary*^[5] recoge este uso cuando define alopátia como el «término aplicado por los homeópatas a la práctica médica ordinaria o tradicional, y por el uso común, hasta cierto punto, para distinguir a ésta de la homeopatía». Algunos diccionarios actuales de la lengua inglesa designan al sistema médico convencional u ordinario como medicina alopática (*allopathic medicine*), contraponiéndola no ya a la homeopatía, sino a cualquiera de las terapias llamadas alternativas.^{[6][7]} El *Merriam Webster Medical Dictionary* [8] recoge el uso que da la profesión homeopática como primera acepción («un sistema de práctica médica que trata de combatir la enfermedad por el uso de remedios (fármacológicos o quirúrgicos) que producen efectos diferentes o incompatibles con los producidos por la enfermedad que se quiere tratar — compárese con homeopatía») pero ofrece una segunda acepción («un sistema de práctica médica que hace uso de todas las medidas que se han demostrado válidas para el tratamiento de la enfermedad»).[9] Esta dualidad refleja la evolución del uso en el mundo anglófono, sobre todo norteamericano, donde la denominación alopátia, inicialmente usada por los homeópatas para distinguir a «los otros», ha sido asimilada por la profesión médica regular para referirse en términos positivos a la corriente principal de la medicina, y especialmente en tanto que inspirada por principios científicos. De esta manera, actualmente y sobre todo en Estados Unidos, diversas sociedades médicas han asumido la alopátia como definición de lo que de otra manera puede llamarse medicina convencional, regular, tradicional, clásica u oficial; términos todos los cuales contienen algo de peyorativo en el mundo actual, donde la originalidad, la innovación o la falta de compromiso son vistas como valores positivos. Las medicinas alternativas reclaman ese espíritu, aunque la homeopatía, por ejemplo, se basa casi sin variación en prácticas y fármacos establecidos en la era precientífica de la medicina.

Intención

La intención del término, desde su primer uso por Hahnemann, es distinguir a la homeopatía como práctica y denigrar a la medicina que no lo es. En Estados Unidos algunas organizaciones médicas profesionales han asumido el término, sin preocuparse de su significado etimológico ni de la propiedad, o impropiedad, con que describe la práctica común.

Así, actualmente, este término (alopatía/alópata/alopático) se aplica en Estados Unidos a las escuelas médicas convencionales acreditadas por la *American Medical Association* (AMA), que dan títulos de licenciado en medicina y cirugía, en oposición a los estudios de "osteopatía", que son acreditados por la *American Osteopathic Association* con títulos de osteópata.

En inglés existe un término peyorativo, *quack*, con el que se designa todas aquellas prácticas pseudomédicas que son vistas como un engaño hacia los clientes. Ha sido aplicado frecuentemente a los homeópatas, cuya honradez intelectual es con ello puesta en entredicho. El término no tiene equivalente en castellano, situándose el concepto a medio camino entre los de curanderismo, que puede ser simplemente una práctica paramédica con base en la tradición y sin intención de engañar, y la charlatanería, el oficio de vender cosas, a sabiendas de que son inútiles o deficientes, usando el poder de seducción de la palabra.

Distinción entre alopatía y homeopatía

Aunque es posible una caracterización bastante precisa de la homeopatía, es imposible hacer una equivalente de su supuesto antagónico la alopatía, en la medida en que ésta no está definida en términos positivos, sino sólo en términos negativos, por no ser homeopatía.

Pueden contraponerse los rasgos esenciales de la homeopatía con lo que sobre los mismos temas ofrece especialmente la medicina científica.

La homeopatía atribuye el que alguien esté enfermo a un desequilibrio del espíritu vital, de la capacidad autocurativa del propio cuerpo, a la que la homeopatía podría dar un pequeño impulso cuando lo necesita. La medicina normal, y desde luego la científica, lo atribuyen al fallo de los mecanismos en que se basa el funcionamiento del cuerpo, y no reconoce la dualidad implícita en el concepto de espíritu vital. Un gran número de medicinas alternativas esgrimen conceptos relacionados, como el de *qi*.

La homeopatía no reconoce la existencia de enfermedades, como entidades nosológicas definidas, preocupándose sólo por el análisis y el tratamiento de cada caso particular. La ciencia biomédica entiende que las mismas causas y los mismos mecanismos actuando en personas diferentes, producen resultados en parte coincidentes, lo que permite describir enfermedades y desarrollar terapias para ellas, a la vez que distintos, y la terapia debe ajustarse también a las diferencias.

La homeopatía postula, sin argumentos empíricos o racionales, que las sustancias que provocan ciertos síntomas en las personas sanas, son las que se deben usar para tratar a quien presenta esos síntomas. La investigación, hecha en lo fundamental por el fundador y unos pocos sucesores, se basa en probar sustancias y anotar sus síntomas. La ciencia biomédica investiga la constitución y funcionamiento de la materia viva, en sus niveles molecular, celular, tisular y orgánico, así como la variabilidad de cada uno de los rasgos y su determinación genética. Investiga también la acción de agentes externos como sustancias químicas o factores físicos. Igualmente estudia la dependencia mutua de los niveles somático, psicológico y social, y su influencia mutua, en el estado saludable o enfermo de las personas. Analiza los defectos de funcionamiento que hay detrás de los trastornos, enfermedades y síndromes, y busca diversamente compensar o contrarrestar los defectos de mecanismo, complementar o sustituir mecanismos defectuosos, etc. Cuando no puede corregir o compensar las causas, la medicina estudia las causas de los síntomas para aliviar o paliar la condición del paciente. Muchos fármacos, sin embargo, no han sido desarrollados partiendo de un conocimiento mecanístico, sino que su virtud ha sido observada empíricamente. Lo que en ningún caso ocurre es que la medicina científica descarte a priori un posible remedio porque sus efectos coincidan o dejen de coincidir

con los síntomas que manifiestan los enfermos. Los practicantes de la homeopatía se refieren a la medicina clásica y a la medicina basada en pruebas científicas como **medicina alopática**, alegando que decide los remedios de ese modo. Esta interpretación es vista como gratuita y sectaria por la ciencia médica, ya que los tratamientos no se eligen porque los síntomas que provocan sean distintos a los síntomas de la enfermedad, sino porque se comprueba empíricamente su efectividad para restituir la salud o aliviar la dolencia. De hecho, algunos remedios "alopáticos" pueden ser homeopáticos, es decir, provocar o amplificar los síntomas, aunque desde luego no es ese el argumento para validarlos.

El desarrollo y aprobación de fármacos depende de que se investigue y se haga conocer su seguridad y su efectividad. A los medicamentos homeopáticos se les requiere, en casi todos los países, solamente pruebas de su seguridad, pero no tienen que demostrar que son efectivos. No hay pruebas, de hecho, de que ningún medicamento homeopático produzca resultados positivos más allá de lo que lo hace un placebo.

La homeopatía defiende ciertos procedimientos en la preparación de sus remedios, que son declarados incompatibles con lo que las ciencias naturales han demostrado acerca de la constitución de la naturaleza. No se trata de afirmaciones en el campo de lo que no se sabe, sino contradictorias con lo que se sabe con certeza.

En primer lugar, la preparación de los remedios homeopáticos se basan en la dilución progresiva y extrema de una preparación original de la sustancia hasta valores que alcanzan 10^{-400} (un uno precedido por 399 ceros a la derecha de la coma), siendo que un kilogramo de sustancia pura no se puede repartir en más de 10^{25} o 10^{26} porciones de una sola molécula (una molécula de una sustancia es la cantidad más pequeña que puede existir de ella). La homeopatía defiende algo que se opone a un principio que ha sido fundamental para el desarrollo del conocimiento objetivo, o conocimiento científico, que es el de proporcionalidad entre las causas y los efectos, porque defiende que la acción de un medicamento es más fuerte cuanto menos haya, y promueve de hecho su dilución hasta que no queda nada de él. En la naturaleza se observa a veces que una pequeña causa desencadena un gran efecto, pero se trata de procesos en cadena, como cuando un solo rayo provoca el incendio de un área extensa, o de mecanismos cibernéticos por parte de sistemas, como los organismos, que recogen un estímulo y desencadenan una respuesta compleja. La homeopatía no ha presentado, ni tratado de averiguar, la naturaleza del mecanismo. Algunos de sus divulgadores, sin embargo, hacen un uso sin fundamento de referencias al sistema inmunitario o al estímulo de las defensas, sin que nunca se haya concretado nada de esto empíricamente. La dosificación de los medicamentos no homeopáticos responde al principio, corroborado siempre, de que su acción crece con la dosis, la cual se decide en función de la masa corporal, la edad, la actividad, etc.

En segundo lugar, la preparación de los medicamentos homeopáticos requiere además que sean sacudidos. La adición de energía mecánica a un medio material provoca un aumento de su temperatura, y en último término aumenta la energía cinética media asociada a la agitación de sus partículas, que la temperatura mide. Los homeópatas modernos se refieren a una indeterminada capacidad de la disolución para guardar información acerca de, o recordar, aquella sustancia que a fuerza de dilución ha desaparecido por completo. Sin embargo, por razones termodinámicas, la agitación no debería reforzar, sino destruir, esa supuesta capacidad del agua, basada en una organización supramolecular efímera y asentada sobre interacciones débiles. Tampoco explican por qué la virtud curativa no desaparece cuando el agua se evapora o se liga a las moléculas de excipiente, cuando el preparado se sirve en pastillas. Por el contrario, los medicamentos no homeopáticos son considerados sujetos a las leyes de la física y la química, y se envasan con indicaciones no gratuitas sobre su conservación y caducidad.

La homeopatía no ofrece una explicación convincente de por qué el agua de cualquier arroyo no tiene las propiedades de una especie de suma de muchos de los medicamentos homeopáticos, a pesar de que ha estado en contacto con las mismas materias y ha sufrido un elevado grado de agitación natural. No vale, aunque a veces se esgrima, que hace falta intención en el proceso, porque el propio Hahnemann advertía del riesgo de que un remedio llevado encima adquiriera, por la marcha, una potencia excesiva y peligrosa. En resumen, la eficacia intrínseca de los remedios homeopáticos no sólo no se ha demostrado nunca, sino que es radicalmente inverosímil con los conocimientos modernos. Por contraste, la aprobación de nuevos medicamentos exige actualmente pruebas de su

eficacia, basadas en ensayos clínicos en condiciones controladas. La literatura homeopática contiene intentos de justificación de esta situación, que incluyen fórmulas para blindar la doctrina frente a las críticas y apelaciones retóricas a la mecánica cuántica, dos rasgos que son distintivos de las pseudociencias.

El concepto homeópata de enfermedad como algo particular a cada caso, exige un examen detallado de los síntomas del paciente y un diseño terapéutico a su medida. La medicina normal, que reconoce la existencia de entidades llamadas enfermedades, no niega por ello que cada caso debe examinarse en concreto y tratarse de manera personal; pero es verdad que la educación médica y la organización de los sistemas de salud favorece que esto se olvide, convirtiendo el acto médico en la identificación de un elemento de un catálogo, una enfermedad, al que a continuación se ofrece una terapia igualmente estandarizada. La práctica de los médicos homeópatas suele incluir un mayor tiempo dedicado a cada paciente que la media. Pero también es cierto que en homeopatía el recurso a fórmulas magistrales, medicamentos preparados para el paciente particular, tampoco es la regla, sino que se recurre a fármacos fabricados a escala industrial, sacudidos por máquinas, envasados como los demás y distribuidos por redes comerciales semejantes o coincidentes, e igualmente promocionados con publicidad y por visitantes médicos.

La medicina estándar considera que el uso del término *alopatía* para todo lo que no es homeopatía, o para todo lo que no es medicina alternativa, es un abuso del lenguaje y una simplificación, que estaría motivada por el deseo de poner ante los ojos del público a la misma altura ambas prácticas.

Referencias

- [1] "Diccionario médico." 3 ed ed. Manuales Salvat Ediciones Científicas y Técnicas: Masson: Salvat Medicina, Barcelona, 1990.
- [2] Diccionario médico-biológico (histórico y etimológico) de helenismos (<http://www.dicciomed.es/>)
- [3] Eseverri Hualde, C. (1994). "Diccionario etimológico de helenismos españoles." 6* ed ed. Aldecoa, Burgos.
- [4] Corominas, J. (1980). "Breve diccionario etimológico de la lengua castellana." 3 ed. Biblioteca románica hispánica V, Diccionarios Gredos, Madrid.
- [5] The Oxford English Dictionary
- [6] *Stedman's Illustrated Medical Dictionary*, 27th edition (2000).
- [7] The online edition of the *Compact Oxford English Dictionary* (2006).
- [8] <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/mplusdictionary.html>
- [9] <http://www2.merriam-webster.com/cgi-bin/mwmednlm?book=Medical&va=allopathy>

Homeopatía

La **homeopatía** (del griego ὅμοιος *homoios*, 'similar' y πάθος *pathos*, 'sufrimiento') es un tipo de medicina alternativa^[1] (se la categoriza como pseudociencia) caracterizada por el empleo de preparados altamente diluidos que pretenden crear los mismos síntomas que sufre el paciente. Fue concebida a finales del siglo XVIII por el médico sajón Samuel Hahnemann (1755–1843) como una forma de mejorar el espíritu vital del cuerpo. Su premisa fundamental es "lo similar se cura con lo similar", asumiendo que lo que causa determinados síntomas puede curar esos mismos síntomas si la dosis es baja. La posición de la comunidad científica es que la homeopatía no ha sido capaz de demostrar por medios objetivos una efectividad mayor que la del efecto placebo, que no se ha presentado un mecanismo fisiológico creíble de actuación y que por ello no se puede considerar una forma de terapia basada en evidencias.^{[2][3]} La posición de la comunidad homeópata es que esta práctica es efectiva en el tratamiento de una multitud de patologías, y que los resultados de los ensayos clínicos que no avalan su posición son complejos y su metodología científica no se adapta a la especificidad de la homeopatía.^[4]

Hahnemann propuso la homeopatía como una alternativa más benigna y moderada a la medicina de la época, que estaba basada aún en la teoría de los humores hipocrática y utilizaba la sangría y la purgación como herramientas principales. La homeopatía ignora el método científico, basándose en fundamentos filosóficos axiomáticos, por lo que no se considera una ciencia.^[1] En concreto, propone una aproximación holística a la salud a partir de los siguientes principios: la integración del individuo con la naturaleza, el equilibrio individual, la existencia de un "dinamismo vital" que regeneraría de forma natural los daños causados por las enfermedades, la individualidad del organismo de cada persona (que exigiría por tanto un tratamiento individualizado), «*lo semejante se cura con lo semejante*» (*similia similibus curantur*) y la dilución extrema.^[5]

La homeopatía afirma que cuanto más diluido en agua esté un ingrediente activo más potente se hace; proceso al que llaman «dinamización». Los remedios homeopáticos se preparan diluyendo progresivamente una sustancia y sacudiendo repetidas veces la disolución. Tras las sucesivas diluciones solo quedan presentes cantidades extremadamente bajas de principio activo, e incluso el número de diluciones puede alcanzar tal grado que no quede ni una molécula de la sustancia original;^[6] por lo que en la actualidad los homeópatas han recurrido a la supuesta premisa de la "memoria del agua" para explicar los supuestos efectos de estas terapias, pero sin ninguna base experimental ni científica.^[7] A pesar de que la ciencia descarta la viabilidad de estas terapias, gozan de una amplia popularidad, llegando a ser financiadas o cubiertas por algunos sistemas de sanidad pública o seguridad social, así como por universidades como la Escuela Nacional de Medicina y Homeopatía^[8] del Instituto Politécnico Nacional, México.

Una de las principales críticas a la homeopatía es que los estudios y prácticas homeopáticas se publican comúnmente en revistas específicas o de medicina alternativa (como *Homeopathy*), y muy poco en revistas de peso científico, donde sus metodologías puedan ser replicadas por la comunidad científica y aislados los posibles sesgos implícitos en toda investigación.

Base teórica

La homeopatía es una filosofía vitalista que atribuye la causa de la enfermedad a las perturbaciones sufridas por una "fuerza vital" hipotética. Estas perturbaciones se manifiestan en síntomas. Los homeópatas afirman que la supuesta "fuerza vital" tiene capacidad para reaccionar ante perturbaciones internas o externas, según lo que denominan "ley de susceptibilidad".

De acuerdo con esta "ley" homeopática de susceptibilidad, incluso un estado mental negativo podría atraer a unos hipotéticos causantes de enfermedad denominados "miasmas", que afectarían al cuerpo provocando los síntomas de enfermedad. Sin embargo, Hahnemann rechazaba la noción de que la enfermedad fuera una entidad separada o invasora, e insistía en que siempre era parte del "total viviente", esto es, del individuo.

La "ley de similitud" de Hahnemann

La teoría de la homeopatía sostiene que los mismos síntomas que provoca una sustancia tóxica en una persona sana pueden ser curados por un remedio preparado con la misma sustancia tóxica, siguiendo el principio enunciado como *similia similibus curantur* ('lo similar se cura con lo similar'). A este axioma se le denomina "ley de similitud".

La ley de similitud constituye una afirmación no demostrada científicamente que se toma como axioma en la homeopatía, y por tanto no constituye una ley natural ni un fundamento científico válido.^[9]

El concepto homeopático de enfermedad difiere del de la medicina: considera que la raíz del mal es espiritual (energético) en vez de físico, y que el malestar se manifiesta primero con síntomas emocionales (como ansiedad y aversiones), pasando a ser si no se tratan a tiempo síntomas mentales, conductuales y por último físicos. Como resume G.

Weissmann, para Hahnemann la enfermedad no era causada por ningún agente físico discreto, sino por la falta de armonía con la «fuerza vital»; para expresar la inexistencia de dichos agentes, se preguntaba «¿Ha visto alguien alguna vez la materia de la gota o el veneno de la escrófula?» Unas décadas después de la muerte de Hahnemann, Garrod demostró que el urato monosódico es «la materia de la gota» y Koch que *Mycobacterium tuberculosis* es «el veneno de la escrófula».

Remedios homeopáticos

El libro *Materia médica pura*^[10] es un repertorio homeopático, un listado de síntomas asociados a sustancias o remedios, utilizado para identificar el remedio más apropiado para cada caso. Se redactó basándose en las experiencias y creencias de Hahnemann. James Tyler Kent, que publicó su repertorio en 1905, recoge unos 700 remedios diferentes. En la actualidad, se usan cerca de 3,000 remedios distintos en homeopatía, de los cuales 150 se consideran de uso común.

La preparación de los remedios homeopáticos, conocida como *dinamización* o *potenciación*, consiste en una serie de diluciones seguidas de agitaciones, diez fuertes sacudidas contra un cuerpo

elástico tras cada proceso de dilución. Se cree que la vigorosa agitación ("sucusión") que sigue a cada dilución transfiere parte de la "esencia espiritual" de la sustancia al agua. El factor de dilución de cada etapa es



Remedios homeopáticos.

tradicionalmente de 1:10 (potencia D o X) o de 1:100 (potencia C), aunque recientemente se han realizado potencias LM (factor de dilución de 1:50.000 en cada etapa).

La elección de la potencia prescrita depende de cuán asentada esté la enfermedad diagnosticada, siendo 12 el punto de partida típico para males agudos, y 30 para males crónicos. El factor de dilución se considera mucho menos importante que el número de diluciones sucesivas. Las potencias D son, por lo general, las preferidas en Europa, mientras que las C prevalecen en los Estados Unidos e India.

A partir de 9C, según el número de Avogadro -que determina el número de moléculas de una sustancia-, ya no existe soluto en la disolución, es decir, ya no existe el producto físico en el agua que la diluye.

El proceso de dilución

La homeopatía define la potencia de sus remedios de acuerdo con el número de diluciones: cuanto más diluídos estén, más potentes los considera. El proceso de dilución se llama *potenciación*. La potencia es un número entero seguido de una X o en ocasiones un C o una CH, de modo que cuanto más alto sea el número, la dilución es mayor. 30X, por ejemplo, está más diluida (por lo tanto, de acuerdo con la homeopatía, es más potente) que 10X. Esto contrasta con los postulados básicos de la medicina convencional y la bioquímica, que establecen que cuanto más ingrediente activo esté presente en un medicamento más fuertes serán los efectos fisiológicos (positivos y negativos).

Una parte de la controversia en torno a la homeopatía se centra en el mecanismo por el que supuestamente actúan estas sustancias tan diluidas. Los críticos afirman que el grado de dilución de las preparaciones homeopáticas es tal que difícilmente pueden contener alguna cantidad de la sustancia diluida, esto es, no hay moléculas de la sustancia «activa» en las diluciones más «potentes». Una X, C o CH equivale a una parte de sustancia activa y noventa y nueve de agua o sustancia inocua, es decir 1/100 de sustancia activa. Más aún, puesto que el agua ha estado en contacto con millones de sustancias distintas a lo largo de su historia, un solo vaso de agua sería una dilución de casi cualquier sustancia concebible y entonces, de acuerdo con los principios homeopáticos, serviría como tratamiento para casi cualquier enfermedad imaginable. En este sentido el Consejo Australiano contra los Fraudes en la Sanidad (*Australian Council Against Health Fraud*) lo expresó gráficamente:

Curiosamente, el agua que se ofrece como tratamiento no recuerda las vejigas en que se guardó, ni las sustancias químicas con cuyas moléculas estuvo en contacto, o los otros contenidos de las alcantarillas en las que estuvo, o la radiación cósmica cuyas ráfagas la atravesaron.^[11]

Los defensores de la homeopatía dicen que el mecanismo sería irrelevante, porque según ellos funciona. Citan el ejemplo de la aspirina, que se había utilizado durante años sin saber cómo actuaba.^[cita requerida] Los críticos responden que hay una diferencia fundamental primero, entre no entender el mecanismo de una medicina probada, y no encontrar ningún mecanismo para un preparado de eficacia no probada; y segundo, en prestar credibilidad a una hipótesis que entra en profunda contradicción con el conocimiento bien establecido sobre las leyes de la materia y de la vida.

Mientras tanto, los estudios de eficacia no logran despejar la controversia, porque la ausencia de efectividad comprobable suele ser achacada por algunos partidarios a la supuesta inadecuación de los métodos de ensayo clínico, que atendería casos únicos y no problemas parametrizables, de tipo tal que puedan investigarse científicamente. No se ha conseguido proponer un mecanismo de acción que concilie las afirmaciones de la homeopatía con los conocimientos actuales de física, química y biología.

Historia de la homeopatía

La homeopatía fue propuesta como un nuevo método terapéutico por el médico alemán Samuel Hahnemann (1755-1843), quien lo concibió entre los últimos años del siglo XVIII y los primeros del XIX, publicando la primera edición de su obra magna, *Organon der rationellen Heilkunde*, en 1810. Hahnemann la presentó como respuesta a la terapéutica predominante de la época, identificada por él como sistema alopático o alopatía, en contraposición a su propio sistema. Aunque ramas del saber médico como la anatomía y la fisiología habían dado importantes pasos para convertirse en científicas, sobre todo desde el Renacimiento, la terapéutica seguía siendo dominada por las enseñanzas de Hipócrates y de Galeno, y se venía tratando a los enfermos mediante medidas extremas como purgantes, eméticos (vomitivos) y, sobre todo, sangrías —extracción deliberada de sangre—, a menudo hasta el límite del desmayo. Una evaluación con los conocimientos actuales de esta etapa de la historia del arte terapéutico lleva a la conclusión de que los médicos estuvieron haciendo más mal que bien durante esos casi dos mil años. La propuesta de Hahnemann resultaba mucho más benigna, porque desde el principio propuso la utilización de preparaciones muy diluidas, aunque no tanto como las que se han venido usando después, precisamente para evitar los efectos negativos.

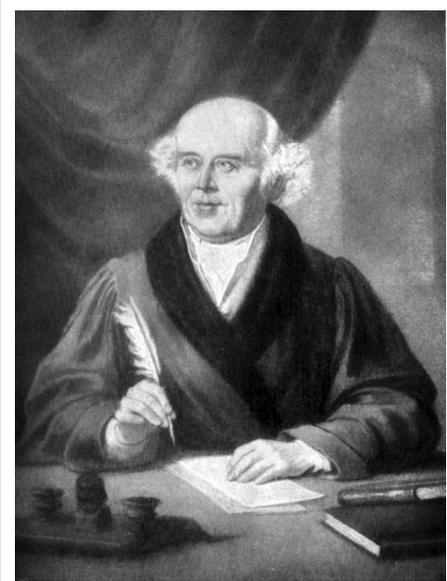
A mediados del siglo XIX la terapéutica convencional comienza a valerse de los resultados de la investigación científica, sobre todo los de la biología y la química, identificando la causa de muchas enfermedades como resultado de agentes infecciosos, y empezando a examinar estadísticamente los datos epidemiológicos. El desarrollo de métodos estadísticos y experimentales, como la prueba controlada aleatoria, para la evaluación de las medidas terapéuticas, ha alejado a la medicina del siglo XX del estado de cosas que conoció Hahnemann. En contra de los reproches de éste, ni entonces ni ahora, los recursos terapéuticos se buscan entre los que provocan síntomas opuestos a los del paciente, que es lo que quiso dar a entender con el término alopatía. Sin embargo, en Estados Unidos los médicos no homeópatas aceptan sin problemas esta expresión para su propia práctica, sin preocuparse de su significado.



Pintura alegórica de Alexander E. Beideman (1857) que muestra el horror con que la homeopatía y Samuel Hahnemann contemplan a la medicina de la época.

Hahnemann

Hahnemann había abandonado en 1784 el ejercicio de la medicina tradicional, desencantado por lo que veía como un esfuerzo inútil o contraproducente, a pesar de la aceptación acrítica de la mayoría de sus contemporáneos, y se dedicó durante un tiempo a la traducción. Ocupándose de una obra del escocés W. Cullen, encontró en ella motivos de desacuerdo respecto a la explicación de las virtudes de la quinina, y emprendió sus propias investigaciones, como era frecuente en la época, sobre él mismo. Observó que los síntomas provocados por la ingestión de quinina coincidían con los de las fiebres palúdicas para las que estaba indicada, aunque se ha deducido de sus anotaciones que él debía ser hipersensible. Esta constatación le inspiró la interpretación de que «aquello que puede dar lugar a un conjunto de síntomas en un individuo sano puede curar a uno enfermo que presente ese mismo conjunto de síntomas», recuperando un viejo principio, *similia similibus curantur* (lo semejante se cura con lo semejante), en una generalización que es el fundamento de la terapéutica hahnemanniana.



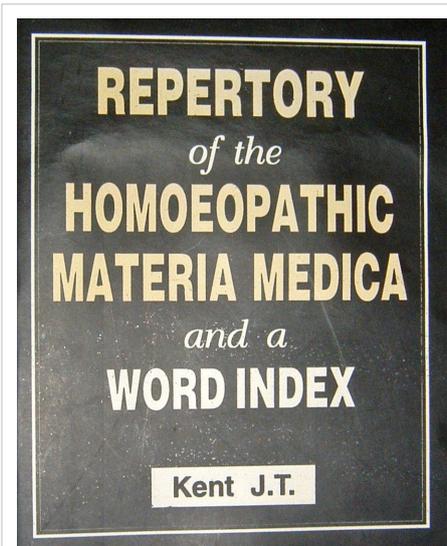
Samuel Hahnemann, fundador de la homeopatía

La ciencia moderna considera que, aunque la formación de la hipótesis fue racional, es de hecho falsa. Actualmente la investigación terapéutica se basa en el rastreo de las propiedades biológicas de las sustancias con sistemas simplificados, como cultivos de tejidos y modelos animales, y en la investigación biológica de los mecanismos moleculares y celulares, normales y patológicos, de las funciones biológicas. No importa si el tratamiento induce síntomas iguales (homeopáticos), distintos (alopáticos) u opuestos (antipáticos). Tampoco se excluye el uso del propio agente patológico (recursos isopáticos), como en la aplicación de vacunas. Lo único que importa es la verificación de los efectos, tanto terapéuticos como secundarios, mediante procedimientos objetivos, cuyos resultados se puedan valorar independientemente de las expectativas de los agentes implicados, investigadores y pacientes, es decir, mediante procedimientos científicos.

Kent

La homeopatía, como sistema, fue refinada y popularizada por el estadounidense James Tyler Kent. Se basa en la teoría de que cada elemento, planta y compuesto mineral puede, si se ingiere o aplica, producir ciertos síntomas. Hahnemann creía que, diluyendo estas sustancias de un modo sistemático, alcanzaría la verdadera esencia de la sustancia. Hahnemann describió este proceso de dilución como «potenciación» (en alemán, *potenziert*) de la sustancia. Estas cantidades diluidas podrían usarse para tratar todos los síntomas que se sabe que producen.

Hahnemann y sus estudiantes abordaron sus tratamientos de un modo holístico, lo que significa considerar el cuerpo y el espíritu como un todo, no sólo la enfermedad a tratar. El propio Hahnemann permaneció largas temporadas con sus pacientes, preguntándoles no solo por sus síntomas o enfermedades, sino también detalles sobre sus vidas cotidianas. Se dice que el modo amable de actuar de los homeópatas es una reacción a los métodos violentos de la medicina de entonces, que incluía técnicas como la sangría como algo cotidiano.



El Repertorio homeopático de materia médica, escrito por James Tyler Kent.

De acuerdo con los homeópatas, la medicina convencional ve los síntomas como signos de enfermedad (aunque algunos científicos actuales ven en esto una descripción simplista). Los modernos tratamientos intentan combatir la enfermedad eliminando la causa de los síntomas. Según la homeopatía, sin embargo, los síntomas son en realidad la forma que tiene el cuerpo de combatir el mal. La homeopatía propone que esos síntomas deben ser potenciados prescribiendo un remedio en dosis minúsculas, el cual en grandes dosis produciría los mismos síntomas que presenta el paciente. En el discurso actual de la homeopatía se expresa que los remedios homeopáticos pretenden estimular el sistema inmunitario, colaborando en la curación, alegación que comparte con la mayoría de las terapias alternativas consideradas pseudocientíficas.

Prevalencia y regulación

La homeopatía es aceptada en algunos países, como complemento de la atención médica moderna, y frecuentemente al lado de otras prácticas de sanación. Además de los titulados en homeopatía, algunos médicos aplican también terapias homeopáticas. Sin embargo, la homeopatía ha sido rechazada y clasificada como pseudociencia por la mayoría de los científicos y de la clase médica de los Estados Unidos y Europa Occidental, ya que consideran que sus efectos se deben únicamente al efecto placebo, que puede suscitarse por cualquier práctica que reciba confianza del paciente. No obstante, existe un amplio mercado de tratamientos homeopáticos en parte de Europa y en algunos otros países, como la India, Argentina y México. En Francia la homeopatía y otras formas de medicina alternativa son cubiertas parcialmente por la seguridad social ^[cita requerida] (pero en la legislación europea, a diferencia del resto de fármacos, la aprobación no depende de que hayan demostrado su eficacia en ensayos clínicos, sino sólo de su inocuidad).

España

El 14 de diciembre de 2009 la Organización Médica Colegial de España aprobó en Asamblea el reconocimiento de la homeopatía como «acto médico», con el objetivo de que se regule su práctica, evitar que sea llevada a cabo por individuos sin formación apropiada y que esta quede restringida a personal y centros cualificados y acreditados.

En diciembre de 2011 el Ministerio de Sanidad español publicó el "Documento de análisis de situación de las terapias naturales" el cual en sus conclusiones generales plantea:

En general, las revisiones realizadas concluyen que la homeopatía no ha probado definitivamente su eficacia en ninguna indicación o situación clínica concreta, los resultados de los ensayos clínicos disponibles son muy contradictorios y resulta difícil interpretar que los resultados favorables encontrados en algunos ensayos sean diferenciables del efecto placebo.

Estudios y títulos oficiales

Algunas universidades públicas españolas ofrecen cursos de posgrado sobre homeopatía:

- Universidad de Sevilla,^[12]
- Universidad de Santiago de Compostela,^[13]
- Universidad de Murcia,(La Universidad de Murcia anunció su intención de revisar este curso ante la polémica causada.)
- UNED
- La Universidad de Zaragoza retiró en 2013 los títulos de "Diploma de Especialización en Terapéutica Homeopática" y "Experto Universitario en Homeopatía Clínica", tras las quejas formuladas por la asociación cultural ARP–Sociedad para el Avance del Pensamiento Crítico y alumnos de la Facultad de Medicina.

Existen fuertes críticas contra esta práctica, como la iniciativa denominada Lista de la vergüenza de universidades españolas con estudios sobre pseudociencias.

Venta de productos homeopáticos

Anteriormente a 1994 la venta de productos homeopáticos exigía someterse al régimen general de autorización de los medicamentos, que establece como requisito la acreditación de su eficacia por parte del fabricante del producto, mediante pruebas farmacológicas, preclínicas y clínicas.

En 1994 se traspuso a la legislación española la Directiva Europea mediante un Real Decreto que regula la autorización de los productos homeopáticos. Según esta ley, los productos homeopáticos no necesitan probar su eficacia para acogerse a un procedimiento simplificado de registro como "medicamento". La situación legal de los productos homeopáticos que en ese momento ya estaban en venta en España, se recogió en su Disposición Transitoria Segunda, que establece un plazo de seis meses para adaptarse a los nuevos requisitos, remitiendo la solicitud de autorización y registro correspondiente al Ministerio. Superado el plazo marcado por la ley, los medicamentos homeopáticos quedaron en una situación irregular que no se ha resuelto.

Los principales requisitos para su autorización son:

- que su vía de administración sea oral o externa
- ausencia de indicación terapéutica particular en la etiqueta o en cualquier información relativa al medicamento
- que su grado de dilución garantice la inocuidad del medicamento. El preparado no deberá contener más de una parte por 10000 de tintura madre ni más de una centésima parte de la dosis más baja que eventualmente se emplee en medicina alopática de aquellos principios activos cuya presencia en un medicamento alopático implique la obligatoriedad de presentar receta médica.

La Directiva Europea cambió y más tarde fue modificada. En España se promulgó una nueva Ley de medicamentos y un nuevo Reglamento de autorización y registro.

En 2012 la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios autorizó por primera vez doce registros de medicamentos homeopáticos, todos ellos correspondientes diferentes presentaciones del preparado *Lycopodium* de Laboratorios DHU. Todos ellos se registraron como *Medicamento homeopático sin indicaciones terapéuticas aprobadas*.

Reino Unido

En Gran Bretaña hay cuatro hospitales homeopáticos integrados dentro del Sistema Nacional de Salud británico (National Health Service), destacando el Royal Homeopathic Hospital de Londres y el Glasgow Homoeopathic Hospital.

En junio de 2009, Evan Harris, médico portavoz en materia científica de los Demócratas Liberales de la Cámara de los Comunes, se hacía eco en *The Guardian* de las protestas de algunos médicos y miembros del parlamento contra el gasto de millones de libras que el National Health Service (Servicio Nacional de Salud) realiza en tratamientos homeopáticos sin efectividad demostrada. A lo que Peter Fisher (del Royal London Homeopathic Hospital) y David Peters (director de medicina integrada en la Universidad de Westminster) contraponían el derecho democrático de los pacientes a escoger el tipo de tratamiento que deseen.

Recomendaciones para acabar con su financiación pública

En febrero de 2010, el Comité de Ciencia y Tecnología de la Cámara de los comunes concluyó, a la vista de la inexistencia de base científica más allá del placebo, que la homeopatía debía dejar de etiquetarse como una medicina. Además, solicita que el NHS deje de financiar este producto, ya que es una forma de avalarlo y de ir en contra de sus principios, puesto que esta institución sólo financia tratamientos "tras seguir una apropiada consideración de sus pruebas".^[14]

En junio de 2010 la British Medical Association (Asociación Médica Británica) acordó calificar la homeopatía de disparate e incidió en los posibles perjuicios que podría conllevar al paciente el abandono de tratamientos convencionales por otros homeopáticos.

Informe del Comité de Ciencia y Tecnología de la Cámara de los Comunes

Extractos del informe:^[14]

Any specific mechanism of action based on extreme dilution is implausible and regarded as unsupported by the majority of scientists working in this field.^[15]

Cualquier mecanismo de acción basado en la dilución extrema es inverosímil, y considerado como insostenible por la mayoría de los científicos que trabajan en este campo.

We conclude that the principle of like-cures-like is theoretically weak. It fails to provide a credible physiological mode of action for homeopathic products. We note that this is the settled view of medical science.^[16]

Concluimos que el principio de que lo similar se cura con lo similar es teóricamente débil. Falla al establecer en los productos homeopáticos una forma de acción fisiológica creíble. Esta es la conclusión aceptada por la ciencia médica.

not even a single molecule of the original substance remains in the diluted medicine prescribed to the patient.^[17]

ni una sola molécula de la sustancia original permanece en la medicina diluida prescrita al paciente.

We consider the notion that ultra-dilutions can maintain an imprint of substances previously dissolved in them to be scientifically implausible.^[18]

Consideramos que la noción de que las ultradiluciones pueden mantener una huella de las sustancias previamente disueltas en ellas es científicamente insostenible.

In our view, the systematic reviews and meta-analyses conclusively demonstrate that homeopathic products perform no better than placebos. The Government shares our interpretation of the evidence. We asked the Minister, Mike O'Brien, whether the Government had any credible evidence that homeopathy works beyond the placebo effect and he responded: "the straight answer is no".^[19]

En nuestra opinión las revisiones sistemáticas de artículos y los meta-análisis demuestran absolutamente que los productos homeopáticos no funcionan mejor que los placebos. El Gobierno comparte nuestra interpretación de la evidencia. Preguntamos al ministro Mike O'Brien si el Gobierno tenía alguna evidencia creíble de que la homeopatía funcionara por encima del efecto placebo y respondió: "la respuesta directa es no".

There have now been around 200 trials of homeopathy against placebo sugar pills and, taken collectively, they show that there is no evidence that homeopathy pills are any better than a placebo. [...] it is not worth doing any more placebo controlled trials because you would be throwing good money after bad and you would have to have a huge number of very strongly positive trials to outweigh all of the negative ones.^[20]

Hay unos 200 estudios clínicos de homeopatía frente a placebos de pastillas de azúcar y, tomados en su conjunto, muestran que no hay evidencias de que los remedios homeopáticos sean mejores que los placebos. (...) no merece la pena hacer más estudios clínicos controlados sobre placebos porque estaríamos tirando el dinero y tendríamos que tener un gran número de estudios con resultados positivos muy contundentes para que pudieran contrarrestar los estudios negativos actuales.

There has been enough testing of homeopathy and plenty of evidence showing that it is not efficacious. Competition for research funding is fierce and we cannot see how further research on the efficacy of homeopathy is justified in the face of competing priorities.^[21]

Ha habido suficientes estudios clínicos sobre homeopatía y hay evidencias contundentes de que la homeopatía no es eficaz. Hay una gran competencia para conseguir fondos para la investigación y nosotros no vemos cómo se puede justificar una mayor investigación de la eficacia de la homeopatía a la vista de las prioridades actuales.

The Government should stop allowing the funding of homeopathy on the NHS.^[22]

El Gobierno debería parar la aportación de fondos para la homeopatía en el NHS (National Health System).

We conclude that placebos should not be routinely prescribed on the NHS. The funding of homeopathic hospitals—hospitals that specialise in the administration of placebos—should not continue, and NHS doctors should not refer patients to homeopaths.^[23]

Concluimos que los placebos no deberían ser prescritos rutinariamente en el NHS (National Health System). La financiación de los hospitales homeopáticos —hospitales que se especializan en la administración de placebos— no debería continuar, y los doctores del NHS (National Health System) no deberían mandar a sus pacientes a los homeópatas.

By providing homeopathy on the NHS and allowing MHRA licensing of products which subsequently appear on pharmacy shelves, the Government runs the risk of endorsing homeopathy as an efficacious system of medicine. To maintain patient trust, choice and safety, the Government should not endorse the use of placebo treatments, including homeopathy. Homeopathy should not be funded on the NHS and the MHRA should stop licensing homeopathic products.^[24]

Al prescribir homeopatía en el NHS (National Health System) y permitir al MHRA (Medicines and Healthcare products Regulatory Agency) licenciar productos que después están en los estantes de las farmacias, el Gobierno corre el riesgo de avalar la homeopatía como un sistema eficaz de medicina. Para mantener la confianza del paciente, la libre elección y la seguridad, el Gobierno no debería avalar el uso de tratamientos de placebos, incluyendo la homeopatía. La homeopatía no debería ser financiada en el NHS y el MHRA debería parar las licencias de productos homeopáticos.

Q4 Chairman: I did not ask you that question. I said do they work beyond the placebo effect? Mr Paul Bennett, Professional Standards Director and Superintendent Pharmacist, Boots: I have no evidence before me to suggest that they are efficacious, and we look very much for the evidence to support that, and so I am unable to give you a yes or no answer to that question. Q5 Chairman: You sell them but you do not believe they are efficacious? Mr Bennett: It is about consumer choice for us. A large number of our consumers actually do believe are efficacious, but they are licensed medicinal products and, therefore, we believe it is right to make them available.^[25]

Q4 Presidente: No le he preguntado eso. Dije: ¿funcionan por encima del efecto placebo?

Paul Bennett, Director de Estándares Profesionales y Superintendente Farmacéutico de la cadena de farmacias Boots: No tengo evidencias que sugieran que son eficaces, y nosotros buscamos concienzudamente evidencias que lo soporten, y por tanto no soy capaz de responder con un sí o un no a esa pregunta.

Q5 Presidente: Ustedes las venden, pero ¿ustedes no creen que son eficaces?

Paul Bennett: Es una elección del consumidor. Un gran número de nuestros clientes creen que son eficaces, pero como son productos con licencia medicinal, creemos que lo correcto es hacerlos accesibles.'

The homeopathic market in Europe is £1.5 billion. One in four prescriptions in France is homeopathic, so this is a sizeable European business. In this country the market is very small by comparison—about £30 million.^[26]

El mercado homeopático en Europa es de 1.500.000.000 libras esterlinas (1.710.000.000 euros en enero de 2010). Una de cada cuatro recetas en Francia es homeopática, por lo que es un negocio considerable en Europa. En este país (Reino Unido) el mercado es muy pequeño por comparación—unas 30.000.000 libras esterlinas (34.200.000 euros en enero de 2010).

Francia

En el país galo el ejercicio de la homeopatía está reservado exclusivamente a los médicos. Este país ha incluido dentro de su farmacopea una monografía titulada *Preparations Homéopathiques*^[cita requerida] que enseña acerca de los métodos para controlar y preparar medicinas homeopáticas, así como sus denominaciones farmacéuticas y niveles de dilución (o potenciación) permitidos. Durante un tiempo estuvo parcialmente financiada por la seguridad social, en 2004 se acabó con esta práctica.

Según la Academia Nacional de Medicina francesa:

L'homéopathie est une méthode imaginée il y a 2 siècles à partir d'a priori conceptuels dénués de fondement scientifique.

'La homeopatía es un método inventado hace dos siglos, desde el diseño conceptual a priori sin justificación científica

Il est compréhensible que la vente de ces préparations soit autorisée au moins dans la mesure où elles ne sont pas toxiques et ne constituent donc pas un danger pour le consommateur(...) Or quand on les examine en détail on voit qu'elles ne répondent en rien à la définition du médicament ni dans leur nature ni dans leur destination.

'Es comprensible que la venta de estos preparados se permita por lo menos en la medida en que no son tóxicos y no suponen un peligro para el consumidor.(...) Pero cuando se examina en detalle vemos que no hacen nada para cumplir con la definición de medicamento ni en su naturaleza ni en su destino.

En ce qui concerne leur nature on sait qu'elles sont produites par une succession de dilutions allant jusqu'à l'échelle centésimale : à ce niveau nos moyens d'investigation ne permettent plus la mise en évidence d'une seule molécule de la substance originelle.

'En cuanto a su naturaleza son conocidos por ser producida por una sucesión de diluciones hasta la escala centesimal: en este nivel de nuestra investigación significa ya no permite la identificación de una sola molécula de la sustancia originales.

*la plupart des produits homéopathiques sont présentés abusivement comme efficaces dans des secteurs variés. Ici il faut souligner qu'ils se placent dans une illégalité totale. En effet, le Code de la santé spécifie qu'un médicament doit * présenter un « intérêt thérapeutique » ; et la preuve de cet intérêt doit être fournie par une succession d'essais pharmacologiques et cliniques y compris des comparaisons en double aveugle.*

la mayor parte de los productos homeopáticos se presentan erróneamente como eficaces en una variedad de sectores. Aquí hay que señalar que se sitúan en una total ilegalidad. En efecto, el Código de Salud especifica que un medicamento debe * tener un "beneficio terapéutico", y la prueba de este interés debe ser proporcionada por una serie de estudios farmacológicos y clínicos incluyendo la comparación de doble ciego.

Or tous les médicaments en vente en France s'astreignent à observer cette lourde procédure mais seuls les producteurs de soi-disant médicaments homéopathiques s'en abstiennent résolument.

Aunque todos los medicamentos vendidos en Francia están sujetos a observar este procedimiento engorroso, sólo a los productores de productos homeopáticos están exentos.

Venta de productos homeopáticos

Los productos homeopáticos se pueden vender en farmacias sin receta médica. Para su registro, los medicamentos homeopáticos no deben cumplir los mismos requisitos que un medicamento normal, la autorización general se sustituye por un simple registro en la Agencia Francesa de Seguridad de Productos de Salud.

Portugal

La *Órden de los Médicos* no reconoce la homeopatía como especialidad médica. Existen dos asociaciones, en Lisboa (SPH) y Oporto (SPMH), que sólo aceptan médicos como miembros. Las farmacias en Portugal venden productos homeopáticos con autorización de Infarmed.

Holanda

Si bien se estima que más de tres cuartas partes de los holandeses adquiere remedios homeopáticos, la comunidad médica local históricamente ha cuestionado la efectividad científica de las disoluciones. El Ministerio de Salud holandés, prohibió que los laboratorios homeopáticos consignen en la etiqueta de los productos que estos curan ciertas dolencias a menos que su efectividad haya sido ya probada científicamente.

Alemania

Actualmente, en Alemania, los tratamientos homeopáticos ya no son financiados por la Seguridad Social. La homeopatía se practica oficialmente por médicos y *Heilpraktiker* (naturópatas reconocidos, autorizados para practicar la medicina exceptuando cierto número de actos médicos), debidamente titulados, ya sea en centros privados, ya sea en las universidades^[cita requerida]. En el caso de los médicos, la escuela de referencia es la D.Z.H.A. (Unión Alemana de Médicos Homeópatas), que promueve la investigación y estudios de tipo científico sobre homeopatía, estando encargada de realizar cursos y de representar a los homeópatas ante el estado alemán.

Algunas aseguradoras privadas pagan los costos de tratamientos homeopáticos para todos los médicos^[27], en general también los costos de los medicamentos homeopáticos^[28]. En 2009, un 8% de los medicamentos vendidos en Alemania fueron homeopáticos. Según un estudio del Instituto Allensbach de demoscopia, en el mismo año uno de cada dos alemanes utilizó algún medicamento homeopático^[29].

Suiza

El Gobierno Suizo encargó un estudio de la eficacia de las medicinas complementarias, que incluyó un amplio estudio observacional de 10000 pacientes; 3000 de ellos fueron tratados con homeopatía. Los efectos del tratamiento homeopático fueron evaluados positivamente respecto a su seguridad y economía comparados con los de los tratamientos convencionales. En cuanto a la eficacia curativa, el metaanálisis de la evaluación suiza produjo resultados positivos para la fitoterapia, inconcluyentes para la medicina tradicional china, y dentro de los límites del efecto placebo para la homeopatía.^[30]

Los resultados de esta evaluación condujeron al gobierno suizo a interrumpir el pago por la Seguridad Social de las variantes de terapia alternativa previamente financiadas, incluida la homeopatía, por no ajustarse a los criterios requeridos de eficacia y relación coste-beneficio. Después de una intensa campaña se votó en referéndum que el estado volviera a pagar por estos tratamientos. En 2012 el gobierno reinstauró los pagos por productos homeopáticos durante un periodo de prueba hasta 2017, fecha tras la cual la sanidad pública dejará nuevamente de financiarlos a menos que se presenten evidencias de su efectividad.^[31]

Estados Unidos

En los Estados Unidos, los remedios homeopáticos están regulados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA por sus siglas en inglés). Sin embargo, la FDA trata los preparados homeopáticos de un modo significativamente diferente a como trata a los medicamentos convencionales. Los productos homeopáticos no necesitan ser aprobados por la FDA antes de salir al mercado, no se les exige probar su seguridad, ni se les pide etiquetar sus productos con fechas de caducidad, ni son sometidos a pruebas que verifiquen sus contenidos y potencial. Las etiquetas de los productos homeopáticos, al contrario que los medicamentos convencionales, no tienen que identificar sus principios activos dado que tienen muy poca cantidad, o ninguna en absoluto. Los medicamentos que tratan enfermedades graves solamente se pueden expender con prescripción facultativa, mientras que los productos homeopáticos que dicen tratar esas mismas enfermedades no tienen esta limitación, porque no son considerados medicinas. Aun así el Laboratorio Boiron de nacionalidad francesa, debió cancelar 12 millones de dólares, en marzo de 2012 al enfrentar demandas por etiquetar sus productos homeopáticos como medicamentos.

Argentina

En la República Argentina la homeopatía y su farmacopea relacionada no es considerada por la ciencia médica y en función de esto no es sometida a la vigilancia y control de la medicina. Pero para poder inscribirse en alguna escuela homeopática es necesario ser médico o farmacólogo. Esto implica haber pasado por una facultad de medicina o farmacia (pública o privada), haberse diplomado y poseer matrícula habilitante por los respectivos colegios profesionales.

México

En 1895 se reconoció oficialmente en México la enseñanza y práctica de la homeopatía, a través de un decreto promulgado por el presidente Porfirio Díaz, ante la insistencia de médicos homeópatas encabezados por Joaquín Segura y Pesado, Ignacio María Montañó, Fernando Gómez Suárez e Ignacio Fernández de Lara, creándose la Escuela Nacional de Medicina Homeopática (ENMH) y el Hospital Nacional Homeopático (HNM).^[33]

En la actualidad, para ser médico homeópata se debe estudiar una carrera de siete años en alguna de las dos instituciones que ofrecen la licenciatura: la Escuela Libre de Homeopatía de México, I. A. P. (ELH), cuyos egresados reciben la denominación de Médico Homeópata Cirujano y Partero, o la Escuela Nacional de Medicina y Homeopatía del Instituto Politécnico Nacional, que da el título de Médico Cirujano y Homeópata. Otra posibilidad y sólo si se cuenta con un título médico, es hacer estudios de postgrado. La especialidad puede cursarse en la ENMH, en Homeopatía de México A. C. (en el Distrito Federal) o en varias escuelas del interior de la República Mexicana, como las de Culiacán, Puebla, Monterrey, Nayarit o Oaxaca.



El Instituto Politécnico Nacional (IPN), ofrece con fondos públicos una **Licenciatura en Médico Cirujano y Homeópata.**^[32]

Elaboración y venta de productos homeopáticos

Para obtener el registro de un medicamento homeopático se requiere demostrar la identidad y pureza de sus componentes y la estabilidad del producto pero no su eficacia terapéutica y seguridad, al contrario que para los medicamentos alopáticos.

Los laboratorios que fabrican productos homeopáticos en México deben contar con registro, pruebas de estabilidad que avalen la vigencia de su caducidad., y con lo establecido en La Farmacopea Homeopática de los Estados Unidos Mexicanos.

Las pruebas de estabilidad de los medicamentos homeopáticos se valorarán por parámetros de aspecto físico y pruebas microbiológicas, cuando se trate de productos cuya forma farmacéutica sean pomadas o ungüentos, soluciones óticas, oftálmicas y otros que sean autorizados por la Secretaría. Se presentarán en papel membretado del fabricante y firmado por el responsable sanitario del Establecimiento" (Reglamento de Insumos para la Salud. Art. 63)

En México los productos homeopáticos no pueden incluir sustancias que tengan actividad hormonal o antihormonal, sustancias estupefacientes o psicotrópicas.

En la formulación de un medicamento homeopático no podrá incluirse procaína, efedrina, yohimbina, chaparral, germanio, hormonas animales o humanas u otras sustancias que tengan actividad hormonal o antihormonal. El uso de sustancias estupefacientes o psicotrópicas en estos medicamentos sólo se permitirá cuando se presenten diluidas y dinamizadas" (Reglamento de Insumos para la Salud. Art. 64)

La venta de medicamentos homeopáticos no está limitada a farmacias.

Los medicamentos homeopáticos podrán expendirse en establecimientos que no sean farmacias. (Reglamento de Insumos para la Salud. Art 65)

Los medicamentos homeopáticos no están regulados por las mismas normas de etiquetado que el resto de medicamentos. La Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris) vigila la seguridad de los productos elaborados en los laboratorios especializados.

Australia

En un borrador hecho público en 2012 la NHMRC afirma:

NHMRC's position is that it is unethical for health practitioners to treat patients using homeopathy, for the reason that homeopathy (as a medicine or procedure) has been shown not to be efficacious.

La posición de la NHMRC es que no es ético el tratamiento de pacientes con homeopatía por parte de profesionales de la salud, pues se ha demostrado que ésta no es eficaz.

DRAFT NHMRC Public Statement on Homeopathy

Críticas a la homeopatía

Estudios controlados y ensayos clínicos

Desde el punto de vista científico, los datos de observación de la teoría homeopática del medicamento se mantienen dentro de los límites de la incertidumbre estadística, lo que es un indicador del efecto placebo.

La mayoría de los científicos atribuyen los estudios que han producido resultados positivos a la casualidad, porque los resultados no son apenas medibles ni los ensayos reproducibles, a la vez que hay una gran cantidad de experimentos fallidos. Además, la metodología de estas pruebas indica que una pequeña parte de ellas dan falsos positivos.^[cita requerida]

En 1991 se publicó en la revista *British Medical Journal* un metaanálisis de estudios clínicos con productos homeopáticos sobre 107 ensayos controlados:

Conclusions: At the moment the evidence of clinical trials is positive but not sufficient to draw definitive conclusions because most trials are of low methodological quality and because of the unknown role of publication bias. This indicates that there is a legitimate case for further evaluation of homeopathy, but only by means of well performed trials.

Conclusiones: De momento la evidencia de los ensayos clínicos es positiva pero no suficiente para sacar conclusiones definitivas porque la mayoría de los ensayos son de baja calidad metodológica y debido al papel desconocido del sesgo de las publicaciones. Esto indica que hay un caso legítimo para una posterior evaluación de la homeopatía, pero sólo por medio de ensayos bien realizados.

Otro metaanálisis publicado en 1997 en la revista *Lancet* sostiene que:

The results of our meta-analysis are not compatible with the hypothesis that the clinical effects of homeopathy are completely due to placebo. However, we found insufficient evidence from these studies that homeopathy is clearly efficacious for any single clinical condition.

Los resultados de nuestro metaanálisis no son compatibles con la hipótesis de que los efectos clínicos de la homeopatía sean completamente debidos al efecto placebo. Sin embargo, no encontramos suficiente evidencia de que la homeopatía sea claramente eficaz en alguna condición clínica.

Sus conclusiones ambiguas sirvieron para alimentar los argumentos de defensores y detractores de la homeopatía. Pero en 2005, un nuevo metaanálisis en la misma revista, esta vez de 110 trabajos primarios, contenía la inequívoca conclusión de que los efectos clínicos de la homeopatía son efectos placebo.

Respecto a este metaanálisis, el Dr. Peter Fisher, del Hospital Homeopático de Londres (Royal London Homoeopathic Hospital, University College), indicó en carta a la misma revista *The Lancet* dudas sobre la selección de ensayos de este trabajo, del que sospecha el propósito intencionado de desacreditar a la homeopatía. Según Fisher los motivos de dicha selección no se explican en el artículo y su relevancia en la clínica homeopática actual no está clara. Los autores respondieron a estas objeciones, alegando condiciones bien explicadas para la clasificación de los 110 trabajos, incluidos los 8 del grupo especial.

En 2002 se publicó en *British Journal of Clinical Pharmacology* un artículo en el que se revisaron metaanálisis similares a los dos anteriores y reforzando la idea de la falta de efectividad de la homeopatía.^[3]

Algunos médicos homeópatas^[¿quién?] achacan la falta de apoyos definitivos por parte de ensayos controlados a la ausencia de un trato médico-paciente adecuado para que el tratamiento sea correcto (un argumento que es común a la religión y a las pseudociencias y que contradice el método científico). Otros médicos homeópatas,^[¿quién?] sin

embargo, creen que la investigación justifica la efectividad de la homeopatía, y Dana Ullman afirma que la investigación clínica no necesita ser invalidada por la necesidad de un remedio a la medida del individuo. Por ejemplo, cita un artículo publicado el 10 de diciembre de 1994 en *Lancet* («¿Son reproducibles las pruebas en favor de la homeopatía?»), que documenta un ensayo clínico sobre el uso de remedios homeopáticos para el tratamiento del asma. También cita otros ensayos, como uno que estudiaba niños con diarrea, que fue documentado en mayo de 1994 en *Pediatrics* («Tratamiento de la diarrea infantil aguda con medicina homeopática: un ensayo clínico aleatorio en Nicaragua»). Esta disposición a ofrecer predicciones falsables, sería más característica de la protociencia que de la pseudociencia, si no fuera porque la hipótesis homeopática contradice los principios mejor establecidos de la física, de la química y de la biología sin ofrecer explicaciones alternativas.

De hecho, Ullman defiende que los estudios han confirmado que los remedios homeopáticos son efectivos aunque no haya un tratamiento personalizado por parte del médico.^[34] Cita dos estudios, incluyendo uno publicado en marzo de 1989, publicado en *British Journal of Clinical Pharmacology*, «Evaluación controlada de una preparación homeopática para el tratamiento de síndromes gripales», para defender esta postura. Los llamados «remedios combinados», en los que se mezclan varios preparados homeopáticos, se venden a menudo en los Estados Unidos, y la teoría homeopática tradicional tiende a esta aproximación, aunque Ullman cita ensayos que sugieren lo contrario.

Ullman sostiene, de hecho, que «uno sería prácticamente ciego si ignora el conjunto de datos experimentales que existen sobre las medicinas homeopáticas y niega el conjunto de experimentos de los homeópatas y de sus pacientes. Sólo se puede asumir esta ceguera como una aflicción temporal, que pronto se curará». Los científicos que examinan estos mismos datos afirman que los experimentos no fueron controlados apropiadamente.

En un estudio con el medicamento homeopático "arnica montana", se llegó a la conclusión de que la efectividad era similar a la del efecto placebo.^[35] Al estar tan diluidos, se consideran bastante inocuos, pero no hay que olvidar los problemas que pueden derivar de la renuncia a terapias efectivas por sí mismas (ya se conocen unos 40 casos de muerte por ese motivo y cerca de 400 que han sufrido nuevas enfermedades o empeoramientos de las mismas), ni el efecto nocebo, contrario al placebo. En el terreno de los males crónicos mal definidos es en el que mejor funciona el efecto placebo, dado que son más sensibles a la relación humana entre el enfermo y el sanador.

Los defensores y los oponentes de la homeopatía discrepan sobre si los ensayos científicos con el uso de placebos y métodos homeopáticos han sido satisfactorios. Algunos ensayos clínicos han producido resultados positivos en los límites de la significación estadística, pero los críticos se apoyan en que nunca un ensayo de una mínima calidad ha producido resultados claros en favor de la eficacia de la homeopatía.

En Chile también existen fuertes críticas por esto.^[36] De la misma manera se puede encontrar la promoción de remedios homeopáticos en farmacias. Algunos explican esta situación por las oportunidades de ganancia económica que ofrece la medicina alternativa, que empiezan a ser comparables con las de la medicina convencional, debido a su menor coste monetario, a pesar del precio de los medicamentos homeopáticos que es desmesuradamente alto si se compara con sus costes de fabricación y la práctica ausencia de gastos de investigación y desarrollo por las compañías que los producen. La cifra de negocios del sector ha superado los 15.000 millones de dólares en Estados Unidos, y una penetración comparable se observa en países europeos.

Memoria del agua

Se ha criticado científicamente la falta de consistencia lógica de la supuesta "memoria" del agua, que afirma que el agua de algún modo «recuerda» las propiedades químicas de las moléculas que alguna vez estuvieron en contacto con ella; señalando que el agua "pura" que los propios homeópatas usan estuvo anteriormente en contacto con otros componentes, como residuos químicos, orina, metales radiactivos y venenos varios, que consecuentemente debieron dejar recuerdo en el agua según dicha teoría.

En 1988, un científico francés que trabajaba en el instituto INSERM afirmó haber descubierto que las diluciones altas de sustancias en el agua dejaban una "memoria", proveyendo así una base racional a la ley de los infinitesimales de la homeopatía. Sus hallazgos se publicaron en una revista científica, pero los resultados eran poco creíbles y el

trabajo había sido financiado por un fabricante de medicamentos homeopáticos (Nature, 1988). Las investigaciones posteriores, incluidas las de James Randi, descubrieron que la investigación se había llevado de un modo inapropiado. El escándalo tuvo como resultado la suspensión del científico por fraude premeditado.^[37]

También se ha señalado que las sucesivas diluciones no incrementan o disminuyen los efectos que la sustancia en cuestión tiene, sino que de hecho no dejan más que agua, destruyendo por completo el agente sanador.^[38] En este sentido, Jacques Benveniste recibió el Premio Ig Nobel de Química 1998, parodia de los premios Nobel, «por su importante descubrimiento en homeopatía, que indica que el agua no sólo tiene memoria, sino que esta información se puede transmitir a través de la Red Telefónica y de Internet».^{[39][40][41]}

Satisfacción del usuario

Uno de los argumentos más utilizados en favor de la homeopatía considera la satisfacción de los usuarios como índice pragmático acerca de su eficacia. El error de este razonamiento consiste en que no considera los usuarios que precisamente han abandonado la homeopatía por ineficaz. Se ha señalado también su raíz en el pensamiento mágico: J.G.Frazer clasificó en dos formas la magia simpática, a las que llamó magia homeopática y magia contaminante, basadas respectivamente en la semejanza y el contacto.

Entrevista de a Edzard Ernst

Edzard Ernst, es un médico académico e investigador alemán, especializado en el estudio de la medicina complementaria y alternativa. Ernst fue nombrado profesor de Medicina Complementaria de la Universidad de Exeter, el primer puesto académico de este tipo en el mundo.

Tras años de dedicación al estudio de la eficacia de la homeopatía sin resultados, anunció su retirada de la medicina alternativa.

(la homeopatía) Es bastante inútil. Me habría gustado que las pruebas dijeran lo contrario porque me formé como homeópata. Habría sido bueno ganar un premio Nobel mostrando un efecto, pero las pruebas están claramente en contra.

El paciente puede rechazar un tratamiento efectivo

Los defensores de la medicina convencional afirman que los pacientes que confían por completo en las técnicas homeopáticas y rechazan la medicina convencional se arriesgan a abandonar los tratamientos de enfermedades fácilmente tratables, como algunos cánceres de piel, hasta que se convierten en intratables.^[42] Debe mencionarse que los medicamentos homeopáticos se venden sin control estricto. Estos productos dicen tratar el síntoma y su causa; sin embargo, no se parecen a los tratamientos de los homeópatas tradicionales. La homeopatía tradicional está más reconocida y aceptada en la Europa continental, quizá porque sus seguidores siguen mejor la tradición y el tratamiento con las fórmulas potenciadas que Hahnemann recomendó.

Argumentos de los partidarios de la homeopatía

Comportamiento de las moléculas en dilución

Recientes investigaciones indican que en ciertas situaciones cuanto más diluida está una sustancia, sus moléculas tienden a permanecer juntas. Algunos ^[¿quién?] quieren ver en esto una prueba que apoya las terapias homeopáticas. Sin embargo, estos datos no explican por qué las sustancias necesitan ser diluidas, sólo que deberían seguir activas tras esta preparación (aunque no en las concentraciones que requiere la homeopatía). Es más, este fenómeno no tiene conexiones con la homeopatía porque en estos casos no hay un intento de diluir la molécula. La homeopatía pretende diluir las moléculas hasta que no quede ninguna, mientras que estos experimentos siempre presentan cantidades medibles en la solución. Estos experimentos sólo investigaron las diferencias en las propiedades que las moléculas

tienen cuando se agrupan en los grandes polímeros, y en menor medida en los pequeños polímeros u oligómeros.

En 2010, el virólogo y premio Nobel de medicina Luc Montagnier afirmó que "Hay estructuras en el agua que copian la estructura original de la molécula que estuvo en el agua"^[43] y aceptó la dirección de un nuevo instituto de investigaciones en la Universidad de Jiao Tong en China, con el propósito trabajar con "ideas radicales"^[44], en particular "las ondas magnéticas que son emanadas desde el DNA ultradiluido de varias bacterias patógenas"^[45], por ahora sólo afirma "ahí están los resultados. Éstos son muy reproducibles y ahora estamos esperando que sean confirmados en otros laboratorios"

Notas

- [1] La medicina alternativa es un término que designa diversas prácticas que no pertenecen realmente al campo de la medicina como lo refiere Bratman en *The Alternative Medicine Sourcebook* (1997) ISBN: 1565656261, y cuya efectividad no ha sido probada consistentemente.
- [2] Linde K., Scholz M., Ramirez G., Clausius N., Melchart D., Jonas W.D. (1999). Impact of study quality on outcome in placebo-controlled trials of homeopathy. *Journal of Clinical Epidemiology*, 52(7), 631-636.
- [3] Ernst, 2002, pp. 577-582.
- [4] Gold, P. W., Novella, S., Roy, R., Marcus, D., Bell, I., Davidovitch, N., et al. (2008). Homeopathy-quackery or a key to the future of medicine? *Homeopathy*, 97(1), 28-33, y Novella, S., Roy, R., Marcus, D., Bell, I. R., Davidovitch, N., & Saine, A. (2008). A Debate: Homeopathy-Quackery or a Key to the Future of Medicine? *J Altern Complement Med.*, en prensa.
- [5] Diario El Mundo, encarte "Homeopatía", septiembre de 2005 (<http://estaticos.elmundo.es/elmundosalud/documentos/2005/09/homeopatia.pdf>)
- [6] «Un postulado de la homeopatía es que remedios que no contienen moléculas activas pueden tener efectos sobre el organismo humano sano.»
- [7] Armentia, Javier (2002). «El timo de la homeopatía». Sociedad para el Avance del Pensamiento Crítico. (<http://digital.el-esceptico.org/leer.php?id=2119&autor=3&tema=9>)
- [8] Escuela Nacional de Medicina y Homeopatía del Instituto Politécnico Nacional, México (<http://www.enmh.ipn.mx/WPS/WCM/CONNECT/ENMH/ENMH/INICIO/INDEX.HTM>)
- [9] The Dental Cosmos: A Monthly Record of Dental Science ([http://books.google.com/books?id=BygxAAAAIAAJ&pg=PA1031&lpg=PA1031&dq="law+of+similars"+axiom+"not+a+law"&source=bl&ots=8tRZ1Vveex&sig=AZXZoUCNpFR6vgrtiPU0HYI6D24&hl=en&ei=1ci3S62MDpSuswOO65XpDA&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=1&ved=0CAsQ6AEwAA#v=onepage&q="law+of+similars"+axiom+"not+a+law"&f=false](http://books.google.com/books?id=BygxAAAAIAAJ&pg=PA1031&lpg=PA1031&dq=)), Editor Edward C. Kirk, D.D.S., Vol. XXXVI, p. 1031-1032
- [10] La «Materia Medica Pura» fue escrito por Samuel Hahnemann. Existen seis volúmenes y se mencionan 61 medicamentos contenidos en estos volúmenes que primordialmente continúan siendo al día de hoy el fundamento de la homeopatía. Escritos hace más de 200 años, estos textos datan de finales del siglo XVIII.
- [11] Singh, S., & Ernst, E. (2008). *Trick or Treatment? Alternative Medicine on Trial*. Bantam Press, London.
- [12] Seminarios de homeopatía de la Universidad de Sevilla (http://servicio.us.es/ordenacion/php/lc/lc0809/Cursos_seminarios_otras_actividades.pdf)
- [13] Master en Medicina Natural de la USC (http://masterdemedicinanatural.com/portal/index.php?option=com_frontpage&Itemid=1)
- [14] House of Commons Science and Technology Committee, 2010.
- [15] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 48.
- [16] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 54.
- [17] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 56.
- [18] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 61.
- [19] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 70.
- [20] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 76.
- [21] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 77.
- [22] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 110.
- [23] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 111.
- [24] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, p. 157.
- [25] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, Ev 10.
- [26] House of Commons Science and Technology Committee, 2010, Ev 14.
- [27] Homöopathie für Kassenpatienten (<http://www.dzvhae.com/portal/loader.php?navigation=59229&org=1113&seite=45370>)
- [28] Deutscher Zentralverein homöopathischer Ärzte | (<http://www.dzvhae.com/portal/loader.php?navigation=59259&org=1113&seite=25148>)
- [29] Steffen de Sombre: Bekanntheit, Verwendung und Image homöopathischer Arzneimittel. Ergebnisse einer bevölkerungsrepräsentativen Befragung (<http://www.heel.com/AxCMSRedirect.aspx?ID=197875>), Institut für Demoskopie Allensbach, Bonn, 19. August 2009 (PDF-Dokument; 2,66 MB), Kurzversion (http://www.ifd-allensbach.de/pdf/prd_0914.pdf) (PDF-Dokument; 149 kB)
- [30] (Documento en pdf) (http://www.bag.admin.ch/themen/krankenversicherung/00263/00264/04102/index.html?lang=de&download=NHZLpZeg7t,lnp6I0NTU04212Z6ln1acy4Zn4Z2qZpnO2Yuq2Z6gpJCDdIR8e2ym162epYbg2c_JjKbNoKSn6A--)

- [31] <http://www.newscientist.com/article/dn20022-swiss-recognise-alternative-medicine--for-now.html>
- [32] Escuela Nacional de Medicina y Homeopatía del Instituto Politécnico Nacional, México (<http://www.enmh.ipn.mx/WPS/WCM/CONNECT/ENMH/ENMH/INICIO/INDEX.HTM>)
- [33] Hospital Nacional Homeopático, México (<http://www.hnh.salud.gob.mx/>)
- [34] Dana Ullman, M.P.H. *The Consumer's Guide to Homeopathy*
- [35] «**Conclusion:** The claim that homeopathic arnica is efficacious beyond a placebo effect is not supported by rigorous clinical trials.»
- [36] Lista de la vergüenza de universidades chilenas (<http://www.aech.cl/2011/01/la-lista-de-la-verguenza.html>)
- [37] Posición sobre la homeopatía del NCAHF (Consejo Nacional sobre Fraudes en la Sanidad) (<http://www.ncahf.org/pp/homeop.html>).
- [38] "El límite de la dilución se alcanza cuando queda aún una sola molécula de la medicina. Más allá de este punto, no queda nada que diluir. En los remedios homeopáticos por ejemplo, una dilución de 30x es un estándar. La notación 30x indica que la sustancia fue diluida en proporción 1:10 y agitada, para después volver a repetir lo mismo hasta 30 veces. La dilución final tendría una parte de medicina por cada 1.000.000.000.000.000.000.000.000 partes de agua. Esto estaría lejos del límite de dilución. Para ser precisos, en una dilución de 30x tendrías que beber 29.803 litros de la solución para esperar encontrar sólo una molécula de la medicina." Robert L. Park, 2001. *Ciencia o vudú. De la ingenuidad al fraude científico*. Grijalbo Mondadori, Barcelona.
- [39] Tránsitos: Jacques Benveniste y John Mack (<http://www.pensar.org/2005-01-pastillas-02.html>)
- [40] "Transatlantic Transfer of Digitized Antigen Signal by Telephone Link," J. Benveniste, P. Jurgens, W. Hsueh and J. Aissa, "Journal of Allergy and Clinical Immunology - Program and abstracts of papers to be presented during scientific sessions AAAAI/AAI.CIS Joint Meeting February 21-26, 1997"
- [41] Comentario semanal de James Randi 18.01.2002 (<http://www.sindioces.org/randi/randi20020118.html>)
- [42] Monográfico Homeopatía - ARP-SAPC: Un problema de método. (<http://www.arp-sapc.org/articulos/homeopatia/problema.html>) Informe elaborado para la Generalitat catalana en 1996 por dos físicos y un médico.
- [43] Entrevista: "Luc Montagnier escapa del "terror intelectual" persiguiendo ideas revolucionarias en China" (<http://lacienciaysudemonios.com/2010/12/27/luc-montagnier-escapa-del-terror-intelectual-persiguiendo-ideas-revolucionarias-en-china>)
- [44] French Nobelist Escapes "Intellectual Terror" to Pursue Radical Ideas in China. Revista "Science", Vol. 330, diciembre de 2010 (<http://www.sciencemag.org/content/330/6012/1732.summary>)
- [45] SJTU Appointed Luc Montagnier University Chair Professor (http://en.sjtu.edu.cn/news_pages/118)

Referencias

Bibliografía

- Ernst, E (17 de diciembre de 2002). «A systematic review of systematic reviews of homeopathy». *British Journal of Clinical Pharmacology* **54** (6). doi: 10.1046/j.1365-2125.2002.01699.x (<http://dx.doi.org/10.1046/j.1365-2125.2002.01699.x>).
- Hand, Wayland D. 1980. *Folk Magical Medicine and Symbolism in the West*. In *Magical Medicine*. Berkeley: University of California Press, pp. 305-319.
- House of Commons Science and Technology Committee (8 de febrero de 2010) (en inglés). *Evidence Check 2: Homeopathy Fourth Report of Session 2009–10* (<http://www.publications.parliament.uk/pa/cm200910/cmselect/cmsctech/45/45.pdf>).
- Phillips Stevens Jr. *Magical Thinking in Complementary and Alternative Medicine*, Skeptical Inquirer Magazine, Nov.-Dic. 2001
- Planer, Felix E. 1988. *Superstition*. Ed. revisada. Buffalo, New York: Prometheus Books.
- Víctor-Javier Sanz 2010. *La homeopatía ¿vaya timo!*, Editorial Laetoli, ISBN 978-84-92422-18-0

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Homeopatía**. Commons
- En Medline hay más información sobre **Homeopatía** ([http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=PureSearch&db=pubmed&details_term="homeopathy"](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=PureSearch&db=pubmed&details_term=)) (en inglés)
- Texto del *Organon der Heilkunst* de Hahnemann, original en alemán (<http://www.homeoint.org/books4/organon/>) (versión en inglés) (<http://www.homeopathyhome.com/reference/organon/organon.html>)
- Posición del NCAHF (<http://www.ncahf.org/pp/homeop.html>)
- Liga Médica Homeopática Internacional (Liga Medicorum Homoeopathica Internationalis, principalmente en inglés) (<http://liga.iwmh.net/>)
- Historia y museo de la homeopatía (<http://www.procan21.com/historia-y-museo/>)
- La Homeopatía: Posición del Consejo Nacional en Contra de los Fraudes a la Salud (1994) (<http://www.chileskeptic.cl/la-homeopatia-posicion-del-consejo-nacional-en-contra-de-los-fraudes-a-la-salud-1994/>)
- Informe de la Sociedad para el Avance del Pensamiento Crítico, a petición del Departamento de Sanidad de la Generalitat de Catalunya (<http://www.escepticos.es/node/3068>)
- Una mirada histórica a la medicina mágica, científica y homeopática. (<http://www.sindioses.org/escepticismo/mhistorica.html>)
- Posición del consejo nacional en contra de los fraudes a la salud (<http://esceptica.net/generacion/2/>)
- Pensamiento mágico sobre las medicinas complementarias y alternativas (http://www.csicop.org/si/show/magical_thinking_in_complementary_and_alternative_medicine/) (inglés)
- Punto de vista de la FDA sobre la homeopatía (http://www.fda.gov/fdac/features/096_home.html) (inglés)

Acupuntura

La acupuntura y la moxibustión de la medicina tradicional china	
	
Nombre descrito en la <i>Lista Representativa del PCI</i> . ^[1]	
	
Acupuntura.	
País	 China
Tipo	Cultural inmaterial
Criterios	R1, R2, R3, R4 y R5
N.º identificación	00425 ^[2]
Región	Asia y Pacífico
Año de inscripción	2010 (V sesión)

La **acupuntura** (del lat. *acus*: aguja , y *pungere*: punción) es una técnica de que forma parte de la medicina tradicional china. Consiste en la inserción y la manipulación de agujas en el cuerpo con el objetivo de restaurar la salud y el bienestar en el paciente. Forma parte de las llamadas medicinas alternativas, las cuales se caracterizan por su limitada evidencia clínica en estudios científicos.^[3] Aparte de insertar las agujas de acupuntura y rotarlas para tonificar o dispersar, los acupuntores también utilizan las moxas. La técnica más extendida es un puro o cono de artemisa que se enciende para calentar el punto o bien se corta un trozo y se coloca en el mango de la aguja, dejando que se consuma totalmente. Los acupuntores utilizan ampliamente esta técnica para el tratamiento del dolor.

El 16 de noviembre de 2010, la Unesco declaró la acupuntura y la moxibustión chinas como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad.

Existe debate por su carácter de proclamarse medicina alternativa a la occidental y porque sectores científicos la describen sólo como un placebo, en los últimos años se ha intentado demostrar su base científica y la capacidad que posee de influir positivamente tanto en el alivio del dolor como en las funciones sensitivas, motoras y autonómica. Aunque la Organización Mundial de la Salud aprueba su uso para tratar ciertas dolencias muchos científicos han calificado este aval como excesivamente crédulo y critican la falta de objeciones a los trabajos usados para apoyar este aval.

Algunas universidades de distintos países la han incorporado a sus planes de estudios u ofrecen cursos de especialización y posgrados para médicos u otros profesionales.^{[4][5][6]}

Acupuntura asiática

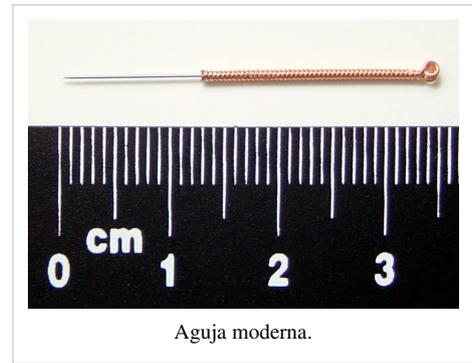
La acupuntura es originaria de China y es posiblemente la práctica más comúnmente asociada con la medicina tradicional china aunque diversos tipos de acupuntura (japonesa, coreana, y la acupuntura china clásica) se practican y se enseñan actualmente en todo el mundo. La Medicina Tradicional China está muy influenciada por su filosofía, sobre todo, por los primeros conceptos filosóficos que aparecieron en Oriente, como el confucionismo, muy racional, que considera al hombre por sus méritos y no por su origen, dándole mucha importancia al papel que ocupa el hombre en la sociedad; el taoísmo, que tiene una concepción muy positiva de la naturaleza, dejando que el hombre viva en armonía con ella, meditando sobre el constante movimiento del universo, de la vida y de la muerte, de lo material y de lo inmaterial; y también el budismo, que pretende llegar a un "estado" de conocimiento que nos libere del sufrimiento, siendo sus principales bases la tolerancia y la confianza en uno mismo.

Los chinos conciben el mundo como un todo que se relaciona entre sí, al igual que el cuerpo humano, cuyos órganos y entrañas no funcionan aislados. La Medicina Tradicional China se basa en los zang-fu (órganos-entrañas) teniendo en cuenta la globalidad del organismo; y los cinco elementos, basados en la idea de que no existe nada aislado e inamovible, teniendo entre ellos una relación de producción, dominación, agresión e insulto, y otra relación de correspondencia entre ellos y el resto de las cosas. Los



Mapa de los puntos y meridianos de acupuntura, Dinastía Ming.

cinco elementos son: madera, fuego, tierra, metal y agua. De acuerdo con la concepción china, la energía vital (*ch'í*, o *qi*) fluye por el cuerpo a lo largo de *meridianos*, *canales* o vías de comunicación, llamados en chino *king*. El número de *king* ordinarios es correlativo al de los doce órganos, más los dos vasos extraordinarios permanentes: el de la concepción (en la línea media corporal frontal), y el vaso gobernador (en la línea media corporal dorsal), además de los llamados *extraordinarios*. Tenemos 365 puntos dentro de los 14 meridianos, llamados *Jing Xue*; también existen puntos fuera de los meridianos o puntos curiosos, llamados *Qi Xue*; y, finalmente, los puntos dolorosos o *Ashi Xue*.



Aguja moderna.

En total, la medicina tradicional china identifica doce canales o vías de comunicación principales que se corresponden con los órganos vitales del cuerpo humano: pulmones, intestino grueso, intestino delgado, bazo-páncreas, corazón, riñones, vejiga, sistema cardiovascular, vesícula biliar, hígado, vaso de la concepción, vaso gobernante y triple calentador.

La medicina tradicional china distingue órganos de vísceras: los órganos difieren de las vísceras por el hecho de que la ablación o lesión masiva de las vísceras no provoca el inmediato deceso, mientras que la ablación o lesión masiva de los clasificados como órganos implica la casi inmediata muerte del individuo; de tal modo el corazón está clasificado como órgano, y el estómago como víscera.

Mediante la inserción de finas agujas en puntos específicos o resonadores (llamados en chino *xue*) de cada meridiano se equilibra la energía trastornada en el órgano que lo rige. El trastorno puede producirse por la incidencia tanto de factores externos como internos que pueden desembocar en enfermedades. La teoría tradicional china considera que la enfermedad es un desequilibrio de las dos modalidades de la citada *ch'í*: la modalidad *yin*, y la modalidad *yang* (vea *yin-yang*); la operatoria sobre los puntos acupunturales intenta reequilibrar la energía, ya sea estimulando en los puntos, o -por el contrario- produciendo depresión en estos.

Para llegar a un diagnóstico, aparte de un extenso interrogatorio, también se lleva a cabo una precisa observación de la lengua, el pulso y el aspecto general del cuerpo. Los expertos en acupuntura utilizan la *pulsología* como método de diagnosis: de acuerdo con este sistema, cada órgano y cada víscera tendrían una pulsación específica en tres modalidades (superficial, media y profunda).

Según sus partidarios la acupuntura es apropiada para el tratamiento de un amplio abanico de patologías, destacando su uso en hernia discal, alergias, procesos inflamatorios o infecciones gripales, entre otras afecciones, es además importante destacar su uso como analgésico, e incluso para reducir el dolor en procedimientos quirúrgicos. La Medicina Tradicional China, y por tanto la acupuntura, es sobre todo una medicina preventiva. En la antigüedad, los médicos chinos, cobraban por mantener sanos a sus pacientes y cuando estos enfermaban, los médicos dejaban de percibir su salario, además de padecer un gran desprestigio.^[7] De manera general, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce a la acupuntura como complemento eficaz para un variado espectro de enfermedades, especialmente de carácter crónico. Por otra parte, este tipo de terapia implica para el paciente el poder reducir la ingesta de fármacos^[8] así como significa una ayuda para la reducción del dolor en procedimientos quirúrgicos.

Actualmente, la acupuntura es ofrecida como prestación sanitaria, dentro de los sistemas nacionales de salud en China, Vietnam y Cuba. La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que la acupuntura solo debe realizarse bajo supervisión de un médico titulado que haya cursado capacitación superior en Acupuntura. Según esta misma organización, dada la "acción reguladora" de la acupuntura, es difícil establecer contraindicaciones absolutas para esta forma de terapia. Sin embargo, por razones de seguridad, hay que evitarla en diversas situaciones, así como debe aplicarse con precaución en otras. La acupuntura puede inducir el parto en caso de embarazo, y se han de aplicar precauciones en urgencias médicas, afecciones quirúrgicas, tumores malignos y trastornos hemorrágicos

La introducción de la acupuntura en Occidente

En Oriente, la eficacia de la acupuntura es admitida e históricamente no ha sido puesta en duda^[cita requerida]. La acupuntura es ampliamente utilizada en la medicina China desde hace más de dos milenios, siendo hasta el principal componente en esta medicina que mayor cantidad de pacientes cuenta en la actualidad. En Europa las primeras nociones e informes de prácticas acupunturales parecen haberse iniciado a mediados del siglo XVIII; en el siglo XIX el médico alemán Baumscheidt ideó independientemente una terapia semejante a la de la acupuntura china. A tal terapia se le ha conocido como baumscheidtismo. En el pasado, el debate sobre si la acupuntura era verdaderamente eficaz o sólo un placebo, ha sido tema de arduas discusiones científicas, médicas y filosóficas. En la segunda mitad de siglo XX, en Europa se realizaron varias teorizaciones científicas para explicar los procesos fisiológicos involucrados en la acupuntura. Corresponde mencionar, por lo menos, la teoría de Pinchevsky, y la teoría del médico sueco Nordenström.

Los científicos han efectuado revisiones más recientes de ensayos clínicos existentes según los protocolos de la medicina basada en la evidencia. Un estudio científico publicado en el *British Medicine Journal*, ha encontrado evidencias de su eficacia en el tratamiento del dolor con mujeres embarazadas.^[9] Hay evidencias para el tratamiento de las náuseas y del dolor de espalda, sobre todo, para la mayoría de dolores crónicos^[cita requerida]. Hasta ahora, las observaciones no han concluido que haya una evidencia suficiente, para determinar si la acupuntura es eficaz en el resto de enfermedades.^[10] Organización Mundial de la Salud, el Centro Nacional de Medicina Complementaria y Alternativa (NCCAM en inglés) del Instituto Nacional de la Salud NIH, en Estados Unidos o La Asociación Médica Americana (AMA)^[11] han elaborado informes al respecto. La Acupuntura por tanto está siendo situada en Occidente como una opción terapéutica indicada para un abanico determinado de dolencias y se imparte actualmente con normalidad como Master en las principales universidades de Europa y Estados Unidos. La técnica de la Acupuntura 'no es inocua, por lo que debe ser realizada por personal cualificado'. Hay estudios sobre diversos casos de problemas tras tratamientos de acupuntura.^[12] No obstante ninguno de los estudios realizados cumplen la característica de comparar el efecto de la acupuntura frente a placebo.^[13] La falta de estudios científicos que confirmen eficacia ha originado un movimiento crítico de carácter escéptico que afirma no se han ofrecido pruebas de la existencia de los fenómenos en los que se fundamenta, tales como que el origen de las enfermedades se basan en un desequilibrio del *ch'i*, la existencia de dicho elemento y la naturaleza de la energía de la que supuestamente está constituido, entre otros. Consideran que los estudios de los que se dispone en favor de su eficacia son insuficientes y de baja calidad.^{[14][15][16]}

En 1998 fue avalada en los EE. UU. por un consenso nacional publicado en el *Journal of American Medical Association*, concluyendo que en algunas dolencias puede resultar beneficioso, aunque no cabe descartarse el efecto placebo.^[17] Otros estudios en cambio muestran lo contrario al elevar su eficacia por encima de los tratamientos convencionales.^[18] En 1999, se inicia en México el primer posgrado universitario -Especialización en acupuntura y fitoterapia- en la Universidad Autónoma Metropolitana para adiestrar a profesionales con formación previa en medicina ortodoxa en la aplicación de la acupuntura moderna basada en evidencias y en experimentación científica. Recientemente en el año 2010 el Instituto Politécnico Nacional aprobó mediante el CINESTAV el posgrado: "Especialidad en acupuntura humana".

En América del Sur, el año 2003, la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Santiago de Chile comienza a impartir el primer Curso de Posgrado del Cono Sur, "Diplomado de Medicina Tradicional China con Mención en Acupuntura". El 2011, en la misma universidad, se autoriza el "Post Título en Acupuntura". El año 2007, el neurólogo chileno Alex Flores organiza los primeros "Servicios de Acupuntura" Hospitalarios Integrativos, funcionando a la par con el equipo de salud oficial, en los Hospitales de Carabineros, Militar y Dipreca de Santiago de Chile. Los Institutos de Medicina Tradicional China: Nacional, Latinoamericano, Internacional y San Bao de Chile comienzan a impartir la enseñanza de esta medicina según los lineamientos de la OMS. El año 2008 el Ministerio de Salud de Chile a través del Decreto Supremo N° 123 reconoce y regula oficialmente el ejercicio de la Acupuntura en el país.

Estándar mundial de puntos acupunturales

La definición y la caracterización de los puntos acupunturales está estandarizada, actualmente se sigue una guía escrita por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en un estudio sobre la acupuntura, en la que se describe una serie de métodos y prácticas solo con fines de estudio, lo que se ha interpretado como una guía "oficial" y se usa su misma nomenclatura estandarizada que agrupa a las grandes tradiciones de la acupuntura, aunque no se corresponde completamente con un sólo patrón de puntos tradicional.^[1] La OMS ha publicado documentos y guías^[19] para animar los estudios clínicos de esta disciplina médica *como un camino para validar la acupuntura, mejorando su aceptación por la medicina moderna y así extendiendo su uso como una simple, barata y efectiva opción terapéutica*. En esta línea la propia OMS divulga resultados de ensayos clínicos desde hace varios años.^[20] Desde 1979 reconoce la acupuntura como eficaz para el tratamiento de al menos 49 enfermedades y desórdenes, lista que se ha ampliado gracias a la investigación en los años siguientes.^[21]

Referencias

- [1] <http://www.unesco.org/culture/ich/index.php?pg=00011>
 - [2] <http://www.unesco.org/culture/ich/index.php?lg=es&pg=00011&RL=00425>
 - [3] http://www.csicop.org/uploads/files/Acupuncture_Paper.pdf
 - [4] Equimagenes (ed.) Bases Científicas de la Acupuntura (<http://www.equimagenes.com/index.php/bases-cientificas-acupuntura>). Consultado el 23 de junio de 2013.
 - [5] Universitat Autònoma de Barcelona [acupmedvet.com/artigos%20científicos/BasesCientíficas%20ACP_Dr_Dalmau.pdf Bases Científicas de la Acupuntura]. Consultado el 23 de junio de 2013.
 - [6] BBC Mundo (ed.) Descubren "el secreto" de la acupuntura (http://www.bbc.co.uk/mundo/ciencia_tecnologia/2010/05/100531_acupuntura_molecula_men.shtml). (31 de mayo de 2010). Consultado el 23 de junio de 2013.
 - [7] Stanford (http://med.stanford.edu/patient_care/translational/archive/acupuncture.html)
 - [8] [Polifarmacia http://www.saludalia.com/Saludalia/servlets/asisa/parseador/ps.jsp?x=doc_abuso_farmacos1]
 - [9] Effects of acupuncture and stabilising exercises as adjunct to standard treatment in pregnant women with pelvic girdle pain: randomised single blind controlled trial - Elden et al. 330 (7494): 761 - BMJ (<http://www.bmj.com/cgi/content/full/330/7494/761>)
 - [10] JAMA - Abstract: Acupuncture, November 4, 1998, NIN Consensus Development Panel on Acupuncture 280 (17): 1518 (<http://jama.ama-assn.org/cgi/content/abstract/280/17/1518?maxtoshow=&HITS=10&hits=10&RESULTFORMAT=&fulltext=Acupuncture&searchid=1&FIRSTINDEX=0&resourcetype=HWCIT>)
 - [11] <http://www.ama-assn.org/>
 - [12] ¿Efectos adversos potencialmente letales de la acupuntura? Revisión sistemática sobre el tema E. Ernst y A. White (http://revista.sedolor.es/pdf/1999_01_05.pdf)
 - [13] [<http://www.bmj.com/cgi/content/full/330/7494/761> Effects of acupuncture and stabilising exercises as adjunct to standard treatment in pregnant women with pelvic girdle pain: randomised single blind controlled trial - Elden et al. 330 (7494): 761 - BMJ; ><http://jama.ama-assn.org/cgi/content/abstract/280/17/1518?maxtoshow=&HITS=10&hits=10&RESULTFORMAT=&fulltext=Acupuncture&searchid=1&FIRSTINDEX=0&resourcetype=HWCIT> JAMA - Abstract: Acupuncture, November 4, 1998, NIN Consensus Development Panel on Acupuncture 280 (17): 1518
 - [14] (véase *acupuncture* en Cochrane Library (<http://www.cochrane.org/spa/>))
 - [15] http://www.csicop.org/uploads/files/Acupuncture_Paper.pdf
 - [16] <http://www.sciencebasedmedicine.org/?p=15>
 - [17] JAMA - Abstract: Acupuncture, November 4, 1998, NIN Consensus Development Panel on Acupuncture 280 (17): 1518 (<http://jama.ama-assn.org/cgi/content/abstract/280/17/1518>)
 - [18] La acupuntura es más eficaz para los dolores lumbares (http://www.tendencias21.net/La-acupuntura-es-mas-eficaz-para-los-dolores-lumbares_a1797.html?PHPSESSID=31c2af72e09db19a44b4da937bb1ea55)
 - [19] *Guidelines for clinical research in acupuncture* http://www.wpro.who.int/publications/pub_9290611146.htm
 - [20] Acupuncture: Review and Analysis of Reports on Controlled Clinical Trial <http://www.who.int/bookorders/anglais/dartprt1.jsp?sesslan=1&codlan=1&codcol=93&codcch=196>
 - [21] Listado de enfermedades tratadas con acupuntura. OMS. <http://apps.who.int/medicinedocs/en/d/Js4926e/5.html>
- Instituto de MTC de Yunnan: Sistemas de Canales y Puntos acupunturales. 1998. DL: B-37.121/98. Edita: Fundación Europea de Medicina Tradicional China (<http://www.mtc.es>)
 - Xinghua, Bai: Acupuntura, el Holismo Visible. 2010. ISBN 978-84-614-1297-6 Edita: Fundación Europea de Medicina Tradicional China (<http://www.mtc.es>)
 - Instituto de MTC de Pekín y Shanghai, entre otros. "Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China". Ed. En lengua extranjera, 1984 (Pekín)

- Li Ping. "El gran libro de la Medicina China". Ed. Martínez Roca, 2000 (Barcelona).
- Dr. Juan Madrid Gutiérrez. "La Acupuntura". Ed. Libsa, 1993 (Madrid).
- A. Li-Yau. "Acupuntura China". Ed. Editors, S.A., 1991 (Barcelona).
- Alberto Dardanelli: Acupuntura Magistral - de los Chinos a Voll. Ed. IMO, 2010, Buenos Aires, Argentina. <http://www.entérese.com.ar>.
- Alberto Dardanelli: Vademecum Visual de Auriculopuntura - de los Chinos a Nogier. Ed. IMO, 2010, Buenos Aires, Argentina. <http://entérese.com.ar>.
- Juan Pablo Moltó. "Fundamentos Clásicos y contemporáneos de la Medicina China". Ed. Dilema, 2005 (Madrid).

Enlaces externos

-  Wikimedia Commons alberga contenido multimedia sobre **Acupuntura** Commons.
-  Wikcionario tiene definiciones para **acupuntura**. Wikcionario
- MedlinePlus Enciclopedia Médica (<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/002064.htm>)
- La acupuntura china (<http://www.estudiostradicionales.com/cmtextos.htm>) Revista de Estudios Tradicionales
- "Acupuntura" del Dr. Serge Raynaud de la Ferrière (español) (<http://www.sergeraynauddelaferriere.net/obras/pps/08/pps08.pdf>)
- La acupuntura es más eficaz para los dolores lumbares (http://www.tendencias21.net/La-acupuntura-es-mas-eficaz-para-los-dolores-lumbares_a1797.html?PHPSESSID=31c2af72e09db19a44b4da937bb1ea55)
- Tres investigaciones confirman la relativa eficacia de la acupuntura para algunas dolencias (http://www.tendencias21.net/Tres-investigaciones-confirman-la-relativa-eficacia-de-la-acupuntura-para-algunas-dolencias_a631.html)
- Acupuntura: Revisión y análisis de informes sobre los ensayos clínicos controlados. Organización Mundial de la Salud, OMS. 2003. eng (<http://apps.who.int/medicinedocs/en/d/Js4926e/5.html>)
- FAQ sobre acupuntura respondidas por experto. 2012. esp (<http://www.acupunturamonekguz.com.ar/faq>)

Magnetoterapia

La **terapia magnética, magnetoterapia, magnoterapia o imanoterapia** es una práctica de la medicina alternativa que implica el uso de campos magnéticos estáticos o permanentes sobre el cuerpo. Algunas personas refieren haber respondido favorablemente al tratamiento de algunos casos de dolor causado por inflamación al someterse un corto periodo de tiempo a campos magnéticos producidos por imanes permanentes, sin embargo, se la considera una pseudociencia ya que ningún estudio ha comprobado su eficacia más allá del Efecto placebo.

Mecanismo de la magnetoterapia

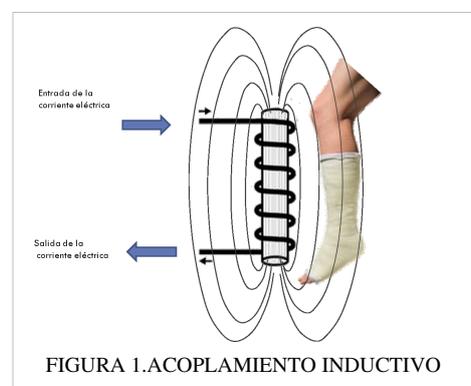
Desde los años 40 del siglo XX Yasuda, investigador japonés descubrió que en los huesos lesionados, se presentaban corrientes eléctricas endógenas que son las responsables de disparar los mecanismos de reparación del hueso lesionado. Con base en esto Yasuda y Fukada descubrieron que "Un voltaje puede ser obtenido sobre la deformación de hueso seco", es decir que al comprimir hueso es posible medir un voltaje. Posteriormente Backer, Basset y Brighton también reportaron el mismo fenómeno en hueso fresco sometido a compresión mecánica. Y se llegó a conclusiones similares en estudios hechos en colágena y tejido cartilaginoso A este fenómeno se le llama **efecto piezoeléctrico**.

Se llegó así a la conclusión de que aplicando una estimulación eléctrica externa, se estimulaba también la respuesta de reparación de tejido óseo y blando, naciendo de esta manera la Terapia de Electroestimulación La estimulación eléctrica, ha sido empleada por décadas para promover la curación de hueso, los beneficios clínicos de este tratamiento han sido ampliamente reportados. Hay tres métodos para generar un estímulo eléctrico en la reparación de tejidos.

- La aplicación del estímulo eléctrico directo, a través de electrodos, que se implantan en el hueso, lo cual resulta invasivo, doloroso y poco práctico. En esta técnica, se aplican corrientes directas del orden de 5-100 micro amperes que son suficientes para generar osteogénesis (nuevo hueso)
- Otra forma de suministrar un estímulo eléctrico es mediante la aplicación de un campo eléctrico, por medio de un acoplamiento capacitivo. En este método se colocan electrodos sobre la piel en el sitio de la fractura, (es necesario quitar el yeso o férula), se aplica un voltaje con ondas senoidales (llamadas también sinusoidales) de alta frecuencia, de 20 a 200 KHz se produce un campo eléctrico cuya magnitud va 1-100 mV / cm, esto da lugar a un estímulo eléctrico.
- El tercer método para producir el estímulo eléctrico es mediante el **ACOPLAMIENTO INDUCTIVO, o MAGNETOTERAPIA**

En este método, se colocan una o más bobinas, cerca del miembro dañado, ya sea un hueso fracturado o de un tejido blando (sin necesidad de quitar el yeso, férula y/ o de tocar al paciente). FIGURA 1

Por la bobina se hace pasar una corriente eléctrica variable (i), (ver figura 2), lo cual genera un campo magnético pulsado (CMP, variable en el tiempo) (B), que penetra el cuerpo y lo atraviesa. Ya que una propiedad de los **CMP** es inducir un campo eléctrico (E), y dado que el tejido vivo es tiene una conductividad (σ), este campo eléctrico generará una densidad de corriente eléctrica (j) en mA/m², es decir un estímulo eléctrico.



A esta propiedad se le conoce en física como Ley de Inducción de Faraday.

Experimentos

El principal apoyo de su efectividad está en forma de testimonios, anécdotas y casos particulares, que se pueden atribuir al efecto placebo. No hay evidencia científica que apoye a la magnetoterapia: en se encontró una pequeña disminución en el dolor causado por la osteoartritis en el grupo que llevaba pulseras magnéticas. Sin embargo los propios autores advierten que no está claro si este efecto es específico del imán o inespecífico (causado por el efecto placebo) ya que es imposible ocultar a los pacientes si llevan un imán real o no.

En 1976, el ganador del Premio Nobel de Química, Linus Pauling, dedujo un método para estudiar los enlaces de la oxihemoglobina, proteína de la sangre que transporta el oxígeno. A través de un sencillo experimento,^[1] comprobó que esta molécula es diamagnética, por tanto es repelida por los campos magnéticos de la misma forma que el resto de la sangre y de los tejidos. Por otro lado, la deoxihemoglobina, la misma proteína cuando no está transportando oxígeno, es paramagnética, por lo tanto es atraída débilmente por campos magnéticos, pero los imanes utilizados en la terapia magnética deben ser adecuados para tener un efecto apreciable sobre el flujo sanguíneo (por ejemplo utilizar imanes de neodimio en vez de imanes de ferrita o cerámicos)^[2]

Thomas C. Skalak, profesor de ingeniería biomédica de la Universidad de Virginia ha realizado estudios en ratas, en su opinión, indican que los imanes reducen la inflamación en heridas y aumenta la microcirculación sanguínea.^[3]

El departamento de Neurología Pediátrica Sep;23(3).261-4 invita a la reflexión de que la magnetoterapia es una buena opción a explorar pues puede evitar intervenciones médicas costosas e innecesarias. En un experimento reciente (2000), se seleccionaron a dos adolescentes con dolor crónico en la espalda baja, abdomen y genitales diagnosticados con un trastorno de discos intervertebrales y de espina dorsal. Aunque se les suministró medicamento analgésico éste no tuvo ningún efecto. Ambos habían atendido a médicos de diferentes especialidades y se les realizó una apendectomía sin que ésta les aliviara el dolor. Después fueron tratados con productos magnéticos de neodimio disponibles en el mercado para probar los resultados, los pacientes refieren un rápido alivio sostenido por más de dos años^[cita requerida].

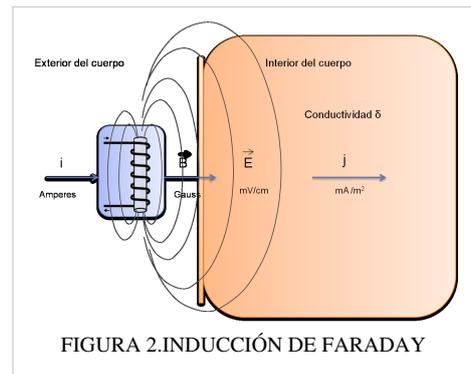
En EEUU una terapia magnética limitada al tratamiento de fracturas, fue aprobada por la Food and Drug Administration (FDA) en noviembre de 1979. Esta regulación es exclusivamente de tipo legal pero no presupone una aprobación de la magnetoterapia por parte de la ciencia médica.

Referencias

- [1] <http://osulibrary.oregonstate.edu/specialcollections/coll/pauling/blood/video/1976v.7-magnetism.html>
- [2] Stick C; Hinkelmann K, Eggert P, Wendhausen H (1991). "Do strong static magnetic fields in NMR tomography modify tissue perfusion?". *Nuklearmedizin* 154: 326.
- [3] Biomedical Engineering Study Demonstrates the Healing Value of Magnets (<http://www.virginia.edu/uvatoday/newsRelease.php?id=3573>)

Bibliografía

- J Plaja (2003). *Analgesia por medios físicos. capítulo 8 pag. 172-174*. McGraw-Hill-Interamericana. ISBN 84-486-0485-7.
- Max E Valentinuzzi (PDF). *Magnetotherapy, alternative medicines, Hippocratic oath* (<http://www.biomedical-engineering-online.com/content/pdf/1475-925X-7-1.pdf>). BioMedical Engineering OnLine 2008,



7:1. Consultado el 1-10-2009.

Enlaces externos

- Intervenciones para el tratamiento del dolor pélvico crónico en mujeres (<http://apps.who.int/rhl/reviews/CD000387sp.pdf>) Pág. 8.
- Pulseras magnéticas: ¿sólo un adorno? (http://news.bbc.co.uk/hi/spanish/science/newsid_2465000/2465845.stm)
- Información Magnetoterapia (<http://www.alternativamedicina.org/medicina-alternativa-tecnicas-alternativas/terapia-magnetoterapia.html>)
- Aplicación de la magnetoterapia para el alivio del dolor (<http://medisaludtv.com/magnetoterapia.htm/>)

Reiki

Para la era japonesa ver Era Reiki

Reiki, del japonés *reiki* (レイキ ² *poder espiritual, atmósfera misteriosa*) es una práctica pseudocientífica considerada como medicina complementaria y alternativa (CAM),^{[1][2][3]} es decir, no científica, que afirma tratar de lograr la sanación o equilibrio del paciente a través de la imposición de las manos del practicante, canalizando cierta supuesta "energía vital universal". Las pruebas clínicas realizadas no han encontrado ningún efecto positivo más allá del placebo.^[4] No obstante, en la actualidad se usa el *reiki* como terapia en una pequeña minoría de hospitales y clínicas, aunque no se tengan pruebas de su efectividad. El *reiki* no es considerado una religión por sus seguidores, pero, al carecer de base científica, puede ser considerado como una creencia.

El *reiki* no puede reemplazar al tratamiento médico.

Fundamentos

Etimología

El término japonés *reiki* es, en esa lengua, un préstamo del chino *lingqi* 靈氣. Las fuentes lexicográficas traducen: *(de bellas montañas) atmósfera o influencia espiritual,*^[5] 1. *inteligencia, poder de entendimiento.* 2. *fuerza o poder sobrenatural en los cuentos de hadas, poder o fuerza milagrosa,*^[6] 1. *influencia espiritual (de las montañas, etc.)* 2. *ingenio, habilidad.*^[7] Esta palabra compuesta japonesa reúne *rei* 霊 *espíritu, alma, sobrenatural, milagroso, divino, cuerpo etéreo* y *ki* 気 *gas, aire, respiración, energía, fuerza, atmósfera, estado de ánimo, intención, emoción, atención,* aquí con el significado del término chino *qi* (Wade-Giles "chi") *energía espiritual, energía vital, fuerza vital, energía de la vida.* Las fuentes lexicográficas del japonés traducen *reiki* como: *sensación de misterio,*^[8] *una atmósfera (sensación) de misterio,*^[9] y *una atmósfera etérea (que prevalece en los sagrados recintos de un templo), (sensación, percepción de) una presencia espiritual (divina).*^[10]



Algunos autores occidentales^[11] traducen el término como *energía vital universal*. Si bien *ki* es correctamente traducido como *energía vital*, *rei* no tiene en ninguna acepción el significado de *universal*.

Según traducción de Rika Saruhashi^[12], *reiki* es *la fuerza natural que nos da vida o que hace funcionar el alma.*^[13]

Teoría

Según sus seguidores, el *reiki* es un sistema de armonización natural que utiliza la no demostrada "energía vital universal", para tratar enfermedades y desequilibrios físicos, mentales y emocionales. Mikao Usui (monje zen japonés), fue quien afirmó haber redescubierto esta técnica de sanación milenaria,^[14] tras alcanzar satori (estado *máximo* de iluminación y plenitud) durante un retiro espiritual en el monte Kurama de Kioto hacia 1922, aunque no existe constancia alguna de la existencia del reiki anterior a esta fecha.

Pero más allá de su aspecto supuestamente terapéutico, que el propio Usui aseguró haber descubierto por casualidad, el *reiki* es una disciplina o camino espiritual (*Dō* en japonés, *Tao* en chino).

- Wikisource contiene obras originales de o sobre **Memorial a las virtudes de Usui Sensei**. Wikisource, donde se afirma: *el principal objetivo de este Rei Ho (método misterioso), no es sanar las enfermedades físicas. Su propósito último está en cultivar el corazón para mantener el cuerpo sano a través del poder misterioso del Universo, Rei No, que se nos otorga para disfrutar de los buenos actos de la vida.* Es por ello que Mikao Usui legó a sus alumnos estos cinco principios y los estableció como norma de vida:

El arte secreto de invitar a la felicidad.

La medicina milagrosa para todas las enfermedades.

Sólo por hoy (*Kyo Dakewa*)...

No te irrites (*Shinpai shuna*).

No te preocupes (*Ikaruna*).

Sé agradecido (*Kansha Shite*).

Trabaja con diligencia (*Kyo wo hagemu*).

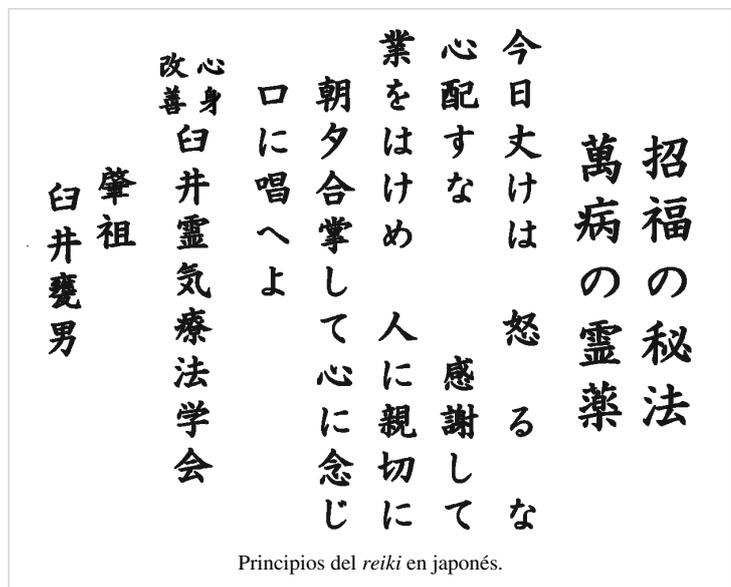
Sé amable con los demás (*Ito ni shinsetsu-ni*).

Recítalo mentalmente o en voz alta con las manos en Gassho.

Por la mañana y por la noche.

Mejora de cuerpo y mente Usui Reiki Ryoho.

Fundador, Mikao Usui.



Principios del *reiki* en japonés.

Mikao Usui empezó a enseñar los cinco principios al constituir Usui Reiki Ryoho Gakkai, en 1922. Parece ser que fueron obtenidos de un libro llamado *Kenzen no Genri (Principios de Salud)*, escrito en 1914 por el Dr. Bizan Suzuki,^[15] amigo de Usui, y forman parte de la filosofía Reiki. Sus practicantes los recitan una vez al día como si fuesen una oración o mantra, antes o después de meditar, y fundamentan su vida en ellos.

Realmente solo existe un eterno presente. El pasado es solo un sueño y el futuro depende de tu presente. Lo que somos ahora es el resultado de lo que fuimos antes. Lo que seremos en el futuro, será el resultado de lo que somos ahora. Por tanto, debemos tratar de mantener la mente en el presente, aquí y ahora, porque es lo verdaderamente real. Imagina que vas por la calle, absorto en pensamientos sobre el pasado o sobre el futuro y a tu paso aparece una gran bolsa llena de billetes de 500 euros. Es la solución a tus problemas pero pasarás de largo porque no la verás. Ni estas allí, ni estas aquí.

No me irrito: Los enfados y la irritación suelen tener origen en nuestras ganas de tenerlo todo y a todos bajo control. Cuando algo escapa a nuestro control, nos enfadamos. Y las ganas de tenerlo todo controlado, tienen su origen en el miedo. Como tenemos miedo, necesitamos controlarlo todo. Hay que aprender a relajarse y a confiar en los demás.

No me preocupo: Preocuparse implica sufrir por algo que aun no ha llegado o que ya ha pasado. Lo cual es absurdo y nos hace perder mucho tiempo. Todos hemos actuado mal en el pasado, nos hemos equivocado y hemos hecho

daño a seres queridos. Pero está bien, eso formaba parte del aprendizaje y en aquel momento lo hicimos lo mejor que pudimos, siempre tendremos nuevas oportunidades para hacerlo mejor. No deberíamos ser tan duros con nosotros mismos. Preocuparse por el futuro es absurdo, porque el futuro está sucediendo ahora mismo, cada instante puede ser el último y por tanto, debemos apartar el miedo de nuestras vidas y seguir luchando, confiando y jugando con las cartas de la vida, aprendiendo a fluir con el ritmo del universo.

Soy agradecido: Ser agradecido es una virtud. Si nos acostumbramos a sonreír y agradecer lo que recibimos, el universo se complace y nos entrega aun más cosas, pero si recibimos y no lo agradecemos, pronto dejaremos de recibir. Nosotros mismos lo experimentamos, cuando nos entregamos a alguien ofreciéndole lo mejor, pero esa persona no nos da ni las más míseras gracias, al final acabamos por no entregarnos con el mismo entusiasmo y simplemente, cumpliremos con lo reglamentariamente establecido y poco más. No solo agradecer a las personas todo lo que nos dan, sino también agradecer secretamente al Universo todo cuanto nos ha sido entregado, cada experiencia, cada nuevo día, cada batalla que nos enriquece, debemos agradecerla, incluso agradecer los malos momentos, pues gracias a ello hemos crecido y llegado a este momento.

Trabajo con diligencia: El trabajo personal de cada uno de nosotros es importante. Todos ocupamos un puesto crucial en la sociedad y el trabajo forma parte de la porción de energía que entregamos al mundo, para que funcione mejor. Debemos trabajar con alegría y tratar de hacerlo con el corazón, entregando lo mejor de nosotros mismos en ese trabajo para beneficio de todos. Pero este Principio va mucho más allá del trabajo laboral. Realmente aquí el Maestro Usui nos indica la necesidad de trabajarse intensamente por dentro, dedicar tiempo al estudio de las propias emociones y la mente, trabajarse a uno mismo intensamente para mejorar como persona y elevarse en las altas frecuencias de la Luz y el Amor, para así ser más feliz e irradiar esa felicidad en todas direcciones.

Soy amable con los demás: Ser amable es una de las más importantes cosas que podemos hacer para ayudar a mejorar el mundo. Un rostro amable y feliz va irradiando Luz por la calle, mientras que un rostro enfadado e irascible, crea mal ambiente a su alrededor. Los budistas dicen que hay que cultivar el hábito del contento, ellos siempre sonríen a pesar de las adversidades. Una palabra amable puede alegrarle el día a alguien, generando así mucha Luz, pero una palabra cruel puede hacer sentirse fatal a alguien y hacer que genere mucha energía negativa.

La práctica de Los Principios de Reiki forma parte de sus ejercicios habituales de purificación y crecimiento. Sus practicantes afirman que es totalmente recomendable por su facilidad y que produce profundos y beneficiosos cambios a quienes las observan y estudian.

Además de los cinco principios, los practicantes de reiki utilizan 125 wakas escritos por el emperador Meiji y seleccionados por Usui Sensei, como complemento durante la meditación.

Práctica

La práctica del *reiki* se fundamenta en un emisor o *canal* que, a través de sus manos o de otros métodos -según el nivel-, transmitiría el *reiki* (*fuerza natural que nos da vida*) a un receptor que puede ser él mismo u otra persona, con el fin de paliar o eliminar molestias y enfermedades. No obstante, dado que sería una energía universal, los tratamientos podrían también dirigirse a otros seres vivos como animales, plantas o a determinadas situaciones.

Algunos maestros de *reiki* afirman que esta práctica tiene ciertas contraindicaciones.^[cita requerida]



Tratamiento Reiki.

- No debe aplicarse durante operaciones debido a la propia naturaleza del *reiki*, que consiste en reparar los daños existentes en el receptor: esto podría provocar que se frenasen las hemorragias, interfiriendo en los cortes de sangrado y limpieza que realiza el cirujano. De igual forma, si el paciente estuviera sedado, el *reiki* podría ayudarle a expulsar las toxinas de la sedación, despertándole antes de tiempo. Sin embargo, sí consideran recomendable una sesión de *reiki* antes y/o después de la operación.^[cita requerida]
- Otro punto a tener en cuenta es en el caso de fracturas, el *reiki* permite acelerar el proceso de cicatrización ósea y por lo tanto el soldado de las fracturas, por lo tanto sólo es recomendable aplicar *reiki* a un fracturado después de que los huesos hayan sido debidamente acomodados e inmovilizados por un traumatólogo. En todo caso el *reiki* puede aplicarse a través del yeso u aparato inmovilizador y es igualmente eficaz.^[cita requerida]

Sin embargo, otros maestros defienden que el *reiki* sabe en todo momento qué debe hacer, cómo debe actuar, dónde debe dirigirse y en ningún caso actuará negativamente.^{[16][17]}

Sistemas

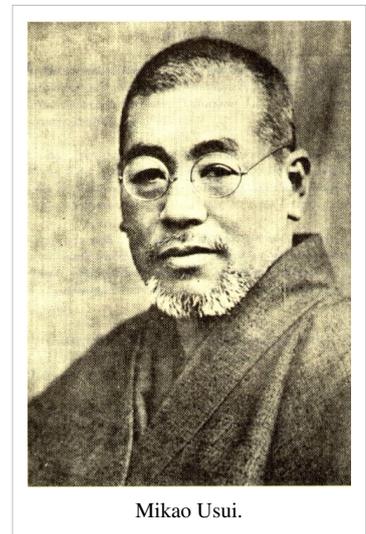
Actualmente existen dos principales sistemas de *Reiki*, aunque cada uno cuenta a su vez con diversas corrientes:

Japonés tradicional

Usui Reiki Ryoho Gakkai fue fundado por Mikao Usui en 1922 con el objetivo de transmitir *Anshin Ritsumei* (estado de paz interior absoluto), aunque se utiliza como puerta de entrada para la imposición de manos. Jamás ha desaparecido y actualmente sigue activo con el mismo nombre y sede en Tokio, siendo su práctica denominada Dento Reiki (*Reiki Tradicional*). Se caracteriza porque mantiene como fin último alcanzar *satori*.

Presidentes:

1. Mikao Usui (1865-1926)
2. Juzaburo Ushida (1865-1935)
3. Kanichi Taketomi (1878-1960)
4. Yoshiharu Watanabe (?-1960)
5. Hoichi Wanami (1883-1975)
6. Kimiko Koyama (1906-1999)
7. Masaki Kondo (?-)
8. Ichita Takahashi (actual presidente, desde principio de 2010)



Mikao Usui.

Occidental

Se inicia con Chūjirō Hayashi, médico y oficial de la marina imperial japonesa además de último maestro certificado por Usui. Tras la muerte de éste en 1926, se independiza de *Usui Reiki Ryoho Gakkai* y funda su propia asociación, *Hayashi Reiki Kenkyu-kai*, sistematizando el método y enfocándolo hacia una vertiente más terapéutica. En su clínica conoció y trató a Hawayo Takata en 1935, siendo finalmente certificada por Hayashi como maestra de *reiki* en Hawái, en 1938. Sin embargo, Takata nunca tuvo contacto con *Usui Reiki Ryoho Gakkai* ni tampoco fue nombrada presidenta de *Hayashi Reiki Kenkyu-kai*, sino que tras la muerte de Hayashi le sucedió como segunda presidenta su mujer Chie y cuando ésta se retira, *Hayashi Reiki Kenkyu-kai* desaparece. Hawayo Takata comenzó a divulgar *reiki* en EUA y denominó a sus enseñanzas *Usui Shiki Ryoho*.



Chūjirō Hayashi.

Línea sucesoria de *reiki* occidental:

1. Mikao Usui (1865-1926)
2. Chūjirō Hayashi (1879-1941)
3. Hawayo Takata (1900-1980)
4. 22 Maestros formados por Takata

Como consecuencia de la división entre los sucesores de Takata tras su muerte, surgen las dos primeras asociaciones de *reiki* en occidente:

1. *The Reiki Alliance* ^[18], presidida por Phyllis Lei Furumoto (nieta de Takata y una de los 22 maestros formados por ésta).
2. *The American International Reiki Association* ^[19] (*AIRA*, o *The Radiance Technique International Association*), inicialmente presidida por Barbara Weber Ray (igualmente, una de los 22 maestros formados por Takata).

En 1999 las enseñanzas tradicionales japonesas se abren a occidente, de la mano de Hiroshi Doi (*Usui Reiki Ryoho Gakkai*) y Fuminori Aoki (*Reido Reiki Gakkai*). Doi es creador de *Gendai Reiki Ho* ^[20], método que trata de unificar los dos principales sistemas de *reiki*, tomando como base las enseñanzas originales de Mikao Usui y añadiendo técnicas de *reiki* occidental. Actualmente, Hiroshi Doi es presidente de *Gendai Reiki Healing Gakkai* y Fuminori Aoki preside *Reido Reiki Gakkai* y *Human & Trust Institute* ^[21], en Japón.

Actualmente en Europa, se ha creado la Federación Europea de Reiki Profesional ^[22], presidida de forma honorífica por Hyakuten Inamoto y de forma operativa por Víctor Fernández Casanova, junto a la Asociación Komyo Reiki Kai y la Reiki Combat Kenkyukai, estilos de Reiki de reciente creación que están marcando un referente en el Reiki occidental, sin perder su esencia tradicional japonesa.

Linaje

El linaje ^[23] de *reiki* hace referencia a la cadena de iniciaciones o sintonizaciones que relaciona a un maestro de *reiki* con Mikao Usui, fundador del sistema. Se considera que sólo los maestros de *reiki* ostentan un linaje concreto al tener la capacidad para iniciar a otros; por su parte, los alumnos de los distintos niveles de *reiki* pertenecen o están asociados a uno o varios linajes según los maestros que hayan tenido. Un maestro de *reiki* puede tener varios linajes, por haber recibido la iniciación en maestría de diferentes maestros.

Ejemplo de linaje de *reiki* (*reiki occidental*):

1. Mikao Usui (fundador)
2. Chūjirō Hayashi (1er. linaje)
3. Hawayo Takata (2º linaje)

4. 22 Maestros formados por Takata (3er linaje)

Aprender *reiki*

Según Frank Arjava Petter, para aprender *reiki* sólo se necesitan dos cosas:

1. El deseo de hacerlo y una mente abierta para aprenderlo.
2. Encontrar un profesor calificado, listo para enseñar.

Si se está pensando en aprender *reiki* es importante comprobar que el profesor al que se vaya a acudir ha alcanzado el grado de Maestría (ya que, en otro caso, podría tratarse de un farsante).

Grados o niveles

En el Camino de Reiki Tradicional Japonés, nos encontramos con 4 fases o niveles que el estudiante tiene que pasar para aprender mediante la propia experiencia. Es imprescindible recibir todas las enseñanzas e instrucciones que cada nivel requiere, junto a los *reijus* o *sintonizaciones* correspondientes, más la práctica continuada para asimilar lo aprendido y elevar la vibración. Además, el compromiso del reikidoka de dedicar un tiempo cada día a su entrenamiento.

Los dos primeros niveles, *Shoden* y *Chuden*, son para sanar el cuerpo físico y el nivel emocional/mental. Se considera, como norma general, que para alcanzar la Iluminación debemos tener un cuerpo sano y una mente/corazón en armonía. Estos dos niveles además, nos permiten ofrecer tratamientos como terapeutas a las personas.

El siguiente nivel, *Okuden*, nos permite sanar el Karma y las cuestiones espirituales, es un nivel de trabajo interno o profundo. Se produce la elevación espiritual. Equivale al Tercer Nivel de Reiki.

La Maestría o *Shinpiden*, es para enseñar a los demás y se compone de varios niveles. Tradicionalmente se obtiene el grado de *Maestro* en las escuelas de Reiki de siempre, tras un curso de apenas 8 horas.

Siendo fiel a la más lejana tradición del Reiki Ryoho original de Usui Sensei y teniendo en cuenta las características de nuestros tiempos y el desarrollo de Reiki en el mundo, la Federación Europea de Reiki Profesional ha actualizado los niveles de aprendizaje y práctica para definir las diferentes etapas en el aprendizaje de Reiki:

Nivel básico (*Shoden-Chuden-Okuden*):

- Practicante: Obtiene esta consideración cualquier persona que realiza el *Shoden* o Primer Nivel de Reiki, sea cual sea su estilo.'
- Terapeuta: Obtiene esta consideración cualquier persona que realiza el *Chuden* o Segundo Nivel de Reiki.
- Reikidoka: Se obtiene este grado tras completar el *Okuden* o Tercer Nivel de Reiki.

Nivel de maestría (*Shinpiden*):

- Monitor (*Senpai*): Se obtiene este grado tras completar el *Shinpiden* o Maestría de Primer Nivel. Equivale a un 1 Dan.
- Instructor (*Sensei, Maestría de Reiki Nivel 2*): Solo llegan a este grado los que acrediten un mínimo de tres años de práctica como *Senpai*. Equivale a un 3 Dan.
- Maestro (*Shihan*): Para llegar a *Shihan*, se necesitan 3 años de experiencia como *Sensei*. Equivale a un 5 Dan.

Sôke: Es el máximo exponente de la Escuela, que asume el compromiso de expandir y mantener la pureza de las enseñanzas recibidas. Cualquier persona que dirige su propia escuela de Reiki, tiene la consideración de Sôke.

Reiki y ciencia

El *reiki* postula la existencia de una energía mística, no detectable ni mensurable de forma objetiva, por lo que la posición de la comunidad científica es que el único efecto sobre la salud es el atribuible al placebo, la evolución natural de la enfermedad y a la relajación. El consenso científico, por tanto, es que es una pseudomedicina o pseudociencia sin ninguna base real. Al igual que la mayoría de pseudomedicinas que no implican una manipulación física (homeopatía, toque terapéutico, etc.), aunque no conlleva un daño directo para la salud, tampoco ofrece beneficio alguno, pero existe el peligro de que el paciente abandone o retrase la aplicación del tratamiento médico, con el consiguiente perjuicio para su salud y en ocasiones, el requerido desembolso económico. Los seguidores del *reiki* lo consideran terapia complementaria, pero su eficacia no está científicamente demostrada, ni existen mecanismos plausibles para su funcionamiento.

Aunque existen algunos estudios que sugieren que el *reiki* puede influir en la salud de los pacientes, suelen adolecer de fallos metodológicos y no cuentan con evidencias contrastables acerca de ningún tipo de efecto real. Debido a su falta de base científica, existe aún una amplia oposición a su incorporación a los sistemas públicos de salud y no existe ninguna titulación oficial reconocida por las autoridades sanitarias ni educativas de ningún país. A pesar de ello, en algunos hospitales españoles se usa como terapia complementaria. Algunos servicios públicos de sanidad, como el National Health Service (NHS) del Reino Unido, o el Centro Nacional de Medicina Complementaria y Alternativa (NCCAM) de los EE.UU. informan a sus pacientes sobre el *reiki* y lo ofrecen como terapia complementaria. El uso de fondos públicos para financiar tratamientos no probados, causa en estos países una gran polémica.

Los seguidores del *reiki* afirman que alteraciones en la energía *ki* influyen decisivamente en la salud de las personas. Algunos, incluso, las consideran como única causa de la enfermedad, lo cual entra en contradicción con casi todos los conocimientos científicos sobre las enfermedades (teoría microbiana, traumatismos, trastornos genéticos).

Reiki y religiones

Algunos expertos en sectas y New Age han manifestado sus dudas acerca de que la terapia *reiki* sea compatible con el cristianismo.^{[24][25]} En 2009 el Comité Doctrinal de la Conferencia Estadounidense de Obispos Católicos se pronunció oficialmente al respecto explicando dicha incompatibilidad.^[26] Las conclusiones del documento son:

- No es prudente utilizar una técnica que carece de base científica.
- Aceptar conceptos que no tienen justificación científica ni cristiana supondría una superstición.
- No sería apropiado para las instituciones católicas o para las personas que representan a la Iglesia promover o prestar apoyo a la terapia *reiki*.

Sin embargo, algunos autores (Nicolás Notovitch, Suzanne Olsson, Holger Kersten, Diane Stein, Antonio Piñero ^[27], etc) hablan de lo que se conoce como *Los años perdidos de Jesús*^{[28][29]} -intervalo de tiempo de 18 años transcurridos entre la huida y el comienzo de su ministerio- y defienden que éste huyó de la ira de Herodes a Egipto y de allí a la India, donde fue instruido en el budismo Mahāyāna y Vajrayāna, además de aprender el arte de sanar con las manos. Algunos budistas sostienen que también Buda (480-400 a. C.) curaba a los enfermos).

Referencias

- [1] National Center for Complementary and Alternative Medicine (NIH). "Procedures and Therapies" (<http://health.nih.gov/topic/AlternativeMedicine/ProceduresandTherapies>)
- [2] Institute for Complementary and Natural Medicine. "BRCP Divisions & Practises" (<http://www.i-c-m.org.uk/practitioners/divisions>)
- [3] Health and Social Care in Northern Ireland (HSC). "Complementary Therapy Services" (<http://www.setrust.hscni.net/dlt services/ComplementaryTherapyServices.html>)
- [4] Lee, M. S.; Pittler, M. H.; Ernst, E. (2008). "Effects of reiki in clinical practice: a systematic review of randomized clinical trials" (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18410352>). *International Journal of Clinical Practice* 62 (6): 947.
- [5] Lin Yutang, 1972, *Lin Yutang's Chinese-English Dictionary of Modern Usage*, Chinese University of Hong Kong Press.
- [6] Ling Yuan, 2002, *The Contemporary Chinese Dictionary, Chinese-English Edition*, Foreign Language Teaching and Research Press.
- [7] DeFrancis, John, 2003, *ABC Chinese-English Comprehensive Dictionary*, University of Hawaii Press.
- [8] Spahn M. y W. Hadamidty, 1989, *Japanese Character Dictionary With Compound Lookup via Any Kanji*, Nichigai.
- [9] Haig, J. H., ed. 1997, *The New Nelson Japanese-English Character Dictionary*, Tuttle.
- [10] Watanabe, T., Skrzypczak, E. R. y Snowden, P., 2003, *Kenkyūsha's New Japanese-English Dictionary*, Kenkyūsha.
- [11] Luebeck, Petter y Rand, 2001, *Spirit of Reiki*, Lotus Press; McKenzie, 1998, *Healing Reiki*, Hamlyn; Shuffrey, 1998, *Reiki: A Beginners Guide*, Hodder & Stoughton.
- [12] <http://www.origenesenciareiki.blogspot.com/>
- [13] Primer encuentro ibérico-japonés de Reiki. Vigo, 2, 3 y 4 de Junio de 2000.
- [14] Página 294, *Concentración en el plexo solar y curación pránica*.
- [15] *Reiki principles* (en inglés) (http://www.aetw.org/reiki_precepts.html)
- [16] « (<http://books.google.com/books?id=5kACUDBH3koC&lpg=PA24&dq=contraindicaciones+reiki&hl=es&pg=PA24#v=onepage&q=contraindicaciones&f=false>)»
- [17] « (<http://books.google.com/books?id=Lg2aDAScW7AC&lpg=PA42&dq=contraindicaciones+reiki&hl=es&pg=PA32#v=onepage&q=contraindicaciones+reiki&f=false>)»
- [18] <http://www.reikialliance.com/>
- [19] <http://www.trtia.org/>
- [20] <http://www.gendaireiki.or.jp/>
- [21] <http://www.reido-reiki.co.jp/>
- [22] <http://www.reikieuropa.com/>
- [23] « Linaje de reiki (<http://www.reiki-gendai.com/html/linaje.htm>)»
- [24] Álvaro Farías Díaz. ¿Terapias alternativas o manipulación psicológica? Las pseudoterapias New Age (<http://zenit.org/article-30944?l=spanish>)
- [25] Miguel Pastorino. Reiki, ¿compatible con la fe cristiana? (<http://zenit.org/article-30862?l=spanish>)
- [26] Directrices para evaluar el Reiki como terapia alternativa (<http://zenit.org/article-31214?l=spanish>)
- [27] <http://www.antonioinero.com/home.php>
- [28] Notovitch, Nicolas. The Unknown Life of Jesus Christ (http://books.google.es/books?id=gzitrVkmuwQC&printsec=frontcover&dq=Nicolas+Notovitch&source=bl&ots=mR_3ZdqH3n&sig=QAYOi9RM9ExhcKeViFfBdHBrcPs&hl=es&ei=LO52S4CbBcr_AaN6MDpDg&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=11&ved=0CCYQ6AEwCg#v=onepage&q=&f=false)
- [29] The Tomb of Jesus Website (http://www.tombofjesus.com/index.php?option=com_content&view=article&id=47&Itemid=89)

Bibliografía

- Usui, Mikao; Arjava Petter, Frank (2000). *Manual Original del Dr. Mikao Usui*. Uriel Satori Editores. ISBN 9789879551356.
- Hayashi, Chujiro; Arjava Petter, Frank; Yamaguchi, Tadao (2005). *Manual de Reiki de Hayashi*. Uriel Satori Editores. ISBN 9789871090129.
- Mochizuki, Toshitaka (2000). *Iyashi no te, manos curativas*. Uriel Satori Editores. ISBN 9871090099.
- Doi, Hiroshi (2000). *Iyashi no Gendai Reikiho. Método moderno de Reiki para la curación*. Uriel Satori Editores. ISBN 9789879827284.
- Fernández, Víctor (2008). *Técnicas de Protección Energética*. Indigo. ISBN 9788496381513.
- Fernández, Víctor (2010). *Reiki sin Secretos (Libro+dvd)*. Editorial Hispano Europea. ISBN 9788425519253.

Enlaces externos

- Reiki History (<http://www.reiki.net.au/copy.asp?id=HistoryAbout>) (en inglés)
- Federación Europea de Reiki Profesional (<http://www.reikieuropa.com>)
- Asociación Usui Reiki Ryoho Madrid. Asociación para la difusión del reiki. (<http://www.aurrm.com/>)
- Comunidad de Maestros Reiki de España. (<http://www.reiki.es/>)
- Entrada del diccionario escéptico sobre reiki (<http://skepdic.com/reiki.html>) (en inglés)
- Por qué las terapias falaces frecuentemente parecen funcionar (<http://www.quackwatch.org/01QuackeryRelatedTopics/altbelief.html>) (en inglés)
- La navaja de Occam - El reiki (<http://eltamiz.com/2008/05/02/la-navaja-de-occam-el-reiki>)
- ¿El reiki es curativo? (<http://www.periodicotribuna.com.ar/5766-el-reiki-es-curativo.html>)
- Estudio sobre las pseudociencias (<http://www.driverop.com.ar/pseudociencia.php>)
- ¿Es realmente efectivo el reiki? (<http://lacienciaysudemonios.com/2011/01/18/¿es-realmente-efectivo-el-reiki/>)

Efecto placebo

El **efecto placebo** es el conjunto de efectos positivos sobre la salud que produce un acto médico (o, en general, cualquier acto con intención terapéutica) y que no se deben al efecto específico de dicho acto médico.

Es efecto placebo, por ejemplo, el conjunto de efectos positivos que aparecen tras la administración de un fármaco y que no se deben a su acción farmacodinámica; o el conjunto de efectos positivos que aparecen tras una intervención quirúrgica y que no se deben a los efectos específicos de la reparación quirúrgica; o cualquier efecto positivo tras la administración de placebo, ya que este carece de efecto específico.

Se trata, por tanto, de un fenómeno psicológico o psico-fisiológico en el que los síntomas de un paciente pueden mejorar mediante un tratamiento con una sustancia placebo, es decir, una sustancia sin efectos directamente relacionados con el tratamiento de aquello que estaría causando (etiología, conocida o no) los síntomas de dicho paciente, siempre que el paciente no conozca que está tomando un placebo en lugar de un fármaco. Compone también una parte importante del efecto terapéutico total la administración de sustancias con actividad terapéutica real (a diferencial del placebo).

También es el causante de que funcionen los métodos de la medicina no convencional, en que los pacientes se curan solo si creen en la curación, no porque el método aplicado sea efectivo contra esa enfermedad.

La explicación fisiológica postulada para este fenómeno sería la estimulación (no por parte de la sustancia placebo, de lo contrario no entraría en la definición) del núcleo accumbens situado en el cerebro que daría como resultado la mejoría del cuadro sintomático del paciente que afirma estar aquejado por un mal a su salud.

Hay gran variabilidad en la presentación de este efecto y la aparición del mismo está determinada por factores del individuo, de la sustancia (incluida su forma de administración) y del medio en el que se realiza el tratamiento. Sin embargo, la cuantificación de este fenómeno es muy útil en determinar la utilidad y seguridad de fármacos y otras sustancias en la terapéutica.

Uso actual del placebo

El uso más importante de los placebos dentro de la práctica clínica actual es el de los ensayos clínicos controlados. En las investigaciones de laboratorio y en la fase de ensayos clínicos con fármacos, la población en la que se prueba el efecto del fármaco se divide en dos grupos seleccionados aleatoriamente (muestra); de modo que uno de ellos recibe la medicación (grupo experimental) y otro recibe una sustancia inerte o placebo (grupo control). Si el fármaco es efectivo, los resultados correspondientes al grupo experimental muestran diferencias estadísticamente

significativas respecto de los resultados obtenidos en el grupo control.

Los pacientes que se incluyen en los ensayos clínicos controlados reciben mucho más que una sustancia farmacológicamente inerte. Muchas veces estos enfermos presentan una evolución mejor que el resto de pacientes no incluidos en el ensayo y a veces tan buena o mejor que los pacientes incluidos en el brazo experimental. El medio sanitario en el que están envueltos es curativo por:

1. La consulta médica y el hospital porque hay "más controles".
2. La explicación detallada de la enfermedad, del tratamiento, del pronóstico y del ensayo clínico favorecen el conocimiento de la situación por parte del enfermo, su asimilación y colaboración.
3. La exploración física, porque el tacto humano es terapéutico.
4. Las exploraciones complementarias porque la sofisticación tecnológica sorprende a los pacientes creyendo que todos esos aparatos "lo ven por dentro", alcanzando un diagnóstico certero.
5. Tomar algo, ya que el tratamiento de la medicina es concebida por la población desde la mitad del siglo XX como que hay que tomar un medicamento.

El *placebo* significa también en la psicología la mejora de un paciente con déficit mental. Es la incapacidad para asumir sus defectos físicos.

Historia de los placebos

La palabra *placebo* es la primera persona de singular del futuro de indicativo del verbo latino *placere*, que significa 'complacer'. La palabra *placebo* se encuentra en latín en la biblia *Vulgata*, en el Salmo 114, y en el 116 (acción de gracias por haber sido liberado de la muerte) de la biblia en español. Esta palabra se usaba en la Edad Media para designar los lamentos que proferían las plañideras profesionales en ocasión del funeral de alguna persona. En el siglo XVIII, el término fue definido en un diccionario médico como medicamento común y, en una edición posterior, como algo que simula ser un medicamento.

La historia de la medicina presenta muchos ejemplos que reflejan que la historia del tratamiento médico es la historia del efecto placebo.

Los fármacos en la historia de la medicina fueron:

1. Erráticamente descritos.
 2. Usados de forma no coherente.
 3. Inapropiadamente prescritos.
 4. Normalmente combinados con otras sustancias más complicadas.
 5. Probablemente difíciles de conservar.
- China: El emperador Huang Ti menciona casi 2000 fármacos y 16.000 prescripciones que fueron usados casi 2500 años sin mayores cambios.
 - **Sumerios-Asirios-Babilónicos**: Registraron 265 remedios.
 - El **papiro de Ebers** nombra 842 prescripciones y más de 700 fármacos.
 - **India antigua**: Fueron usados casi 600 fármacos.
 - El **Corpus Hipocrático**: Menciona de 195 a 400 fármacos.
 - La farmacopea de **Galeno**: Dominó el régimen terapéutico durante 1500 años y desapareció cuando nació la medicina científica o convencional a principios del siglo XIX. Entonces existían 820 remedios placebo.
 - Esta cantidad de antiguos remedios totalizan 4785 fármacos y casi 17.000 prescripciones registradas. Es probable que casi todos ellos fuesen placebos.
 - La **farmacopea inglesa** del siglo XVII publicaba una gran cantidad de preparados que contenían diversos elementos orgánicos e inorgánicos que se reemplazaban entre sí.
 - Los **cura-todo** fueron abundantemente usados por varios siglos, utilizando el veneno de serpientes venenosas como uno de los principales sustratos, opio, diversas raíces, secreciones, excrementos, etc.

- Estos componentes nocivos y extraños mantuvieron al médico en un lugar de privilegio y respeto debido a que él era el agente terapéutico.
- A pesar de que algunas sustancias pudieran tener efectos terapéuticos. Es importante pensar la forma en que en la antigüedad se pudieron aislar principios activos de algunos componentes terapéuticos, separar de sus componentes de origen, preparar y almacenar.

La miel y la malaquita producen una débil inhibición del crecimiento bacteriano in vitro.

Ma Huang cita 2000 fármacos de las cuales la efedrina es la única con principio activo conocido y en 1920 se logró sintetizar con ciertas limitaciones. Pero la efedrina sólo era efectiva para la tos y en nuestros días se sabe que sólo es efectiva para la tos del asma bronquial.

Efecto fisiológico del placebo

Un estudio realizado por el Sistema de Salud de la Universidad de Michigan explica los fuertes efectos fisiológicos que presentan algunos pacientes al uso de placebos.

En este estudio el grupo de neurología de esta universidad ha localizado un área del cerebro que se activa cuando el paciente cree que está tomando un medicamento.^[1]

Se usaron dos tipos de escáneres diferentes en personas totalmente sanas:^[2]

- Se realizaron Tomografías por Emisión de Positrones (PET) a 14 voluntarios.
- Resonancia Magnética Funcional fMRI: Se sometieron los 14 anteriores, 16 voluntarios más y 18 personas a las que no se les sometió a PET pero que a las se les sometió a las mismas pruebas que a los demás dos veces.

Los resultados se combinaron. Al grupo de personas completo, se les iba administrando una inyección dolorosa, se registraba la actividad del dolor y luego se les administraba el placebo. A los grupos de 14 y 16 personas se les advirtió que si conseguían describir los efectos de dicho 'analgésico', recibirían una recompensa de 5 dólares. Al grupo de 18 personas se les informó la verdad de lo que se les iba a administrar.^[3]

La investigación reveló que en los pacientes más receptivos al uso de placebos se activaba la producción de dopamina, un tipo de endorfina responsable de los sentimientos placenteros.^[4]

Por el contrario, en los pacientes a los que se les advirtió de la verdad, no había reacción e incluso alguno podía llegar a experimentar el efecto nocebo.^[5]

Controversias con los placebos

- Si el médico le dice a un paciente que lo que le prescribe es una pastilla de talco, la respuesta placebo, que depende en gran medida de las expectativas del paciente, se perderá.
- Si el médico le dice al paciente que el placebo que le prescribe es un fármaco farmacológicamente activo entra en una situación **no ética** por falsedad de la información y a la larga será poco eficaz.
- El 30% de los norteamericanos usan terapias alternativas. Se cree que una gran parte de la **medicina alternativa** está basada en el efecto placebo.
- Si la enfermedad mejora con el placebo, puede significar o bien que el problema o la enfermedad se origina por la mente, o bien que el organismo se recupera espontáneamente.
- Si un placebo tiene mucha efectividad, impugna el valor de los medicamentos que más se utilizan en la práctica médica diaria.

El efecto contrario es el "efecto nocebo", que ocurre cuando un paciente niega los efectos esperados de un fármaco.

Referencias

- [1] Gavin (2007) *Parágrafo 3*
- [2] Gavin (2007) *Parágrafo 7, 14*
- [3] Gavin (2007) *Parágrafo 8, 10, 14*
- [4] Gavin (2007) *Parágrafo 6*
- [5] Gavin (2007) *Parágrafo 13*

Enlaces externos

- Descubren cómo funciona el efecto placebo (http://www.tendencias21.net/Descubren-como-funciona-el-efecto-placebo_a1702.html)
- Abarca, Octavio; Chacón, Alexander; Espinoza, Fabiola; Vera Villarroel, Pablo (junio 2005). «Placebo y psicología clínica. Aspectos conceptuales, teóricos e implicancias (<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/785/78523108.pdf>)» (pdf). *Terapia psicológica* (Santiago, Chile: Sociedad chilena de psicología clínica) **23** (1): pp. 73-82. ISSN 0716-6184 (<http://worldcat.org/issn/0716-6184>). Consultado el 07-06-2012.

Shiatsu

Shiatsu (指⁷ del japonés 指 (Shi), dedo, y atsu (Atsu), presión en zonas del cuerpo) es un terapia manual originaria de Japón y creada por Tokujiro Namikoshi(1905-2000). En Japón, las personas que deseen ejercer de terapeutas de Shiatsu, deben graduarse por el Japan Shiatsu College creado por Tokujiro Namikoshi, y examinarse de un examen estatal emitido por el Ministerio de Salud de Japón. En los tratamientos de shiatsu, el terapeuta aplica presión localizada sobre distintos puntos del cuerpo del paciente, utilizando principalmente sus manos, especialmente sus pulgares y palmas. Asimismo, los tratamientos de shiatsu suelen incluir estiramientos, movilizaciones y manipulaciones articulares y otras técnicas de masaje. Es habitual que los terapeutas de shiatsu trabajen los puntos de los meridianos de acupuntura de la Medicina Tradicional China (MTC) aplicando presión con sus pulgares.

Según indica Ministerio de Salud de Japón: "La terapia shiatsu es una forma de manipulación realizada con los pulgares, los dedos y las palmas, sin el uso de ningún instrumento, mecánico ni de otro tipo, para aplicar presión sobre la piel humana, corregir disfunciones internas, promover y mantener la salud y tratar dolencias específicas.

En España, la terapia Shiatsu fue introducida en 1981 por el maestro Shigeru Onoda[1], licenciado por el Japan Shiatsu College con numero de licencia 2787 emitido por el Ministerio de Sanidad de Japón, siendo discípulo directo del creador del Shiatsu, Tokujiro Namikoshi (1905-2000).

Historia

Principales estilos o escuelas

Japan Shiatsu College

Tokujiro Namikoshi fundó la Universidad de Shiatsu de Japón en 1940 y sistematizó una forma de terapia shiatsu sobre la base de la anatomía y la fisiología oriental. En la actualidad es el máximo exponente a escala internacional de la terapia Shiatsu, siendo la única entidad autorizada por el Ministerio de Salud de Japón para emitir la titulación de terapeuta de Shiatsu. Los candidatos a terapeutas deben examinarse de una prueba estatal para obtener un numero de licencia.

Namikoshi trató a notable personalidades como el ex Primer Ministro japonés Shigeru Yoshida y sucesivos primeros ministros, el fiscal para el Tribunal Militar Internacional para el Lejano Oriente, el Fiscal Keenan, así como celebridades como Marilyn Monroe y Muhammad Ali.

- **Tadashi Izawa** estableció el Meridian Shiatsu, que incorpora la teoría de los meridianos de la medicina tradicional china en su terapia shiatsu.
- **Shizuto Masunaga** su libro en inglés, llamado Zen Shiatsu, popularizado Zen (o Masunaga) Shiatsu en América del Norte y Europa.
- **Ryōkyū Endō**, sacerdote budista, presentó el Tao Shiatsu, que implica la concentración de la mente y hacer súplicas a Buda.
- **Kiyoshi Ikenaga**, en su libro Tsubo Shiatsu, aclara desde el punto de vista anatómico y fisiológico, cómo los meridianos, puntos (o Tsubo) son útiles en la terapia Shiatsu.
- **Wataru Ohashi** ha desarrollado un estilo llamado Ohashiatsu.
- **Rudy Palombini** Método Palombini variante innovadora del Shiatsu Namikoshi inspirada en la cultura occidental.
- **Pauline Sasaki y Cliff Andrews** han desarrollado una forma, derivada del Shiatsu Zen, llamada Shiatsu cuántica, que tiene como objetivo trabajar con diferentes niveles de una energía de la persona: físico, emocional, mental y espiritual.
- **Bill Palmer y David Ventura** han desarrollado Shiatsu y Movimiento, encaminado a integrar conceptos de Medicina Tradicional China con el trabajo corporal, energía con psicoterapia.
- **Lic. Graciela Giorgetti** fundadora de la Escuela Internacional de Shiatsu Argentina, ha desarrollado un entrenamiento llamado DAIKI que utiliza Shiatsu y estiramientos para optimización del movimiento articular Estudio en Japón con el creador de la Técnica Tokujiro Namikoshi. Autora del libro Shiatsu y Golf. Esta dedicada a la enseñanza y practica terapeutica del Shiatsu desde 1991. Desde 1994 dirige la escuela Internacional de Shiatsu en la Argentina declarada de interés cultural por la Secretaria de Cultura de la Presidencia de la Nación.
- **Ted Saito** ha practicado Shiatsu en Toronto desde 1971 y desarrolló un estilo llamado Shinso Shiatsu. Shigeru Onoda es un autor prolífico en la materia Shiatsu, contando con numerosos libros de interés.
- **Seymour Koblin** desarrolló un Shiatsu derivado de Shiatsu Zen, Ohashi y Macrobiótico llamado Shiatsu Zen Shiatsu-Touch. Únicos métodos que se ocupan de la evaluación, las recomendaciones y técnicas de Shiatsu Mente Cuerpo Espíritu.
- **Arturo Valenzuela** investiga la influencia de las emociones en el organismo humano, especialmente en bebés. El Shiatsu Yasuragi, un modo de hacer shiatsu basado en la definición oficial del shiatsu del Ministerio de Salud y Bienestar de Japón, desarrolla la aplicación de shiatsu en camilla, amplía el número de líneas y puntos de presión y se preocupa muy especialmente de las emociones y su influencia en el organismo. Su método de exploración permite conocer el estado emocional de la persona, reconocer si existe alguna emoción afectada y mediante presión en determinados puntos de shiatsu ayuda a restablecer el equilibrio emocional, su trabajo se publica en varias revistas especializadas y da lugar a la publicación de los libros "*Diagnóstico Oriental de las Emociones*" y "*Tu Bebé Sano y Feliz con Shiatsu*". Cabe destacar que desde 1997 organiza grupos de voluntariado para la aplicación de shiatsu en los hospitales universitarios de Madrid, en las unidades infantiles. «24 Horas Con...Hospital Infantil...^[5]». *Revista MADRID.SALUD, Consejería de Sanidad y Consumo de la Comunidad de Madrid* marzo-2007 (44). 2007..

Cabe mencionar también el *tansu*, un estilo de shiatsu que utiliza prácticas tántricas, y de aquellos que combinan los principios del feng shui con el ámbito de los estudios de energía de Semyon Kirlian, Robert Beck, John Zimmerman y otros en su práctica de Shiatsu.

Desde 1980, la evolución y el desarrollo del shiatsu ha tenido lugar principalmente en Europa y América del Norte.

Algunas fechas destacables

- 1912: Tokujiro Namikoshi encontró su propia terapia al tratar a su madre con su dedo pulgar y palma de la mano. En primer lugar, el nombre de esta terapia fue Appaku y luego se cambió a shiatsu.
- 1925: Tokujiro Namikoshi abrió su primera clínica para la terapia Shiatsu.
- 1940: Tokujiro Namikoshi abrió la primera escuela de terapia Shiatsu en Tokio. (Ahora esta escuela se conoce como Colegio Japonés de Shiatsu.)
- 1940: Tokujiro Namikoshi formó la primera asociación de la terapia Shiatsu.
- 1945: Después de la Segunda Guerra Mundial, las formas tradicionales de Medicina Japonesa fueron proscritas por el gobierno de ocupación MacArthur. La prohibición causó mucha protesta. Porque todavía había muchas personas invidentes que ejercían como profesionales de Shiatsu / Anma: Helen Keller intercedió ante el gobierno americano. La prohibición fue revocada.
- 1950: Toshiko Phipps se convierte en el primer terapeuta de Shiatsu cualificado para enseñar en los EE.UU.
- 1953: Tokujiro Namikoshi y su hijo Toru invitados al Palmer Chiropractic College de Shiatsu para introducir el Shiatsu en los EE.UU.
- 1955: El Shiatsu es reconocido por el gobierno Japonés pero sólo en conjunción con Anma y masaje.
- 1956: Un famoso incidente que aumentó la reputación de Shiatsu y de Tokujiro Namikoshi, Tokujiro Namikoshi trata a Marilyn Monroe después de que cayó gravemente enferma durante su visita a Japón y no hubo respondido al tratamiento convencional.
- 1957: Shiatsu reconocido oficialmente por el Japón como una terapia.
- 1964: Shiatsu es definido oficialmente por el Ministerio de Salud y Bienestar en Japón.
- 1979: Rudy Palombini funda la Scuola Italiana de Shiatsu autorizada directamente por Tokujiro Namikoshi para impartir la enseñanza de la técnica de shiatsu de Namikoshi. A la vez reconoce el Método Palombini como una variante innovadora del Shiatsu Namikoshi inspirada en la cultura occidental.
- 1980: Los estudiantes de Shiazuto Masunaga, Pauline Sasaki y Wataru Ohashi, enseñan Shiatsu en los EE.UU. y Gran Bretaña.
- 1981: Sociedad de Shiatsu en el Reino Unido.
- 1983: Terapia Shiatsu Asociación de Ontario.
- 1984: Shigeru Onoda funda la Escuela Japonesa de Shiatsu[1] en España. Siendo la primera escuela en Europa fundada por un licenciado por el Japan Shiatsu College y discípulo directo de Tokujiro Namikoshi
- 1989: AOBTA formado en Estados Unidos.
- 1994: Fulvio Palombini se hace cargo de la dirección de la Scuola Italiana de Shiatsu, tras el fallecimiento de su padre Rudy Palombini.
- 1999: Shiatsu Sociedad Canadiense de British Columbia. Se establecen las 2200 horas de nivel educativo.
- 2000: La Escuela Japonesa de Shiatsu, con la colaboración del Japan Shiatsu College, crean el título de Shiatsupractor, título avala a los terapeutas profesional.
- 2005: Se crea el grupo Namikoshi Shiatsu Europa [Namikoshi Shiatsu Europa <http://www.namikoshishiatsueuropa.com/>] con el objetivo de unificar, supervisar y difundir el estilo Namikoshi en Europa. Desde entonces la asociación ha celebrado seminarios en todo el mundo, como único objetivo de difundir el autentico Shiatsu creado por Tokujiro Namikoshi.
- 2009: En el Congreso internacional de shiatsu, Celebrado en Madrid en mayo de 2009, organizado por la Asociación Internacional de Shiatsu con la presencia de Matsuko Namikoshi y Takashi Namikoshi, se crea la Alianza Europea de Escuelas de Shiatsu para la difusión, enseñanza unificada y la creación de titulaciones internacionales de shiatsu.

Filosofía

Según indica Toru Namikoshi cuando se refiere al shiatsu *La terapia mediante shiatsu, cuyo objetivo es la prevención y tratamiento de enfermedades, es un sistema para mejorar la salud eliminando los factores que producen fatiga y estimulando la capacidad de recuperación propia del cuerpo por medio de presión digital y manual aplicada sobre determinados puntos establecidos sobre la superficie del cuerpo.*

"**Diagnóstico y terapia combinada**" es la capacidad del terapeuta de usar sus órganos sensorios (palmas, dedos y pulgares) para detectar en el cuerpo desajustes energéticos (como rigidez o flojedad), y empíricamente para llevar a cabo rutinas establecidas para corregir estos problemas. Adquirir esta habilidad requiere una experiencia considerable. La diferencia entre la definición de la terapia Shiatsu, la medicina moderna y la medicina de Kampo (también conocida como Medicina Tradicional China (MTC), acupuntura y moxibustión) es esta: "Diagnóstico y Terapia combinados".

Efectos terapéuticos

Aplicación del shiatsu sobre dolencias concretas

De acuerdo con sus promotores, el shiatsu puede ayudar a tratar los siguientes síntomas:

1. dolor de espalda
2. migraña
3. lesiones cervicales y rigidez del cuello
4. movilidad reducida
5. dolor menstrual
6. problemas digestivos
7. síntomas de asma
8. lesiones deportivas
9. depresión clínica

Terapia preventiva y estimuladora de la salud

Muchos terapeutas profesionales del shiatsu entienden esta terapia no solo como una herramienta para tratar problemas específicos, sino como una técnica que ayuda a promover la salud de las personas y prevenir la enfermedad, ya que estimula sus sistemas inmunológicos y el poder curativo natural que ya poseen. Tratar el cuerpo como un todo, por lo que dicen, ayuda a restaurar el equilibrio de los distintos sistemas del cuerpo (nervioso, circulatorio, digestivo, etc.) y estimula la armonización del cuerpo y la mente.

Estudios científicos sobre su eficacia

En 2012 son escasos los estudios científicos sobre los efectos del shiatsu sobre la salud humana, de modo que no existe consenso, ni evidencia objetiva contundente sobre la capacidad curativa del shiatsu en el tratamiento de distintos tipos de dolencias o desórdenes. No obstante, los informes de ciertas instituciones le dan cierto reconocimiento como terapia complementaria. Por ejemplo, la organización Cancer Research UK es muy clara en este sentido: no considera que el shiatsu sea beneficioso en el tratamiento del cáncer, sin embargo si afirma "que algunos estudios utilizando terapias de masaje en general (incluido el masaje shiatsu) sugieren que podrían ser útiles como terapias complementarias para personas con cáncer u otras dolencias".^[6]

En el 2006 se llevó a cabo una revisión sistemática a gran escala de evidencias y publicaciones por la Shiatsu Society UK en colaboración con la Thames Valley University.^[7] La búsqueda bibliográfica utilizó PubMed, OVID, Science Direct, Blackwell Synergy, Ingenta Select y Wiley Interscience, The Index of Theses^[8] y ZETOC. Los resultados y conclusiones de este estudio se enfocaron en el control de síntomas/mejoría para diversas dolencias e incluye una

serie de recomendaciones para futuras investigaciones sobre la eficacia del shiatsu como tratamiento médico.

El estudio europeo *La experiencia y los Efectos del Shiatsu* (2007), coordinado por Andrew Long, director del Instituto de Atención a la Salud de la Universidad de Leeds (Reino Unido), y Seamus Connolly, de la Federación Europea de Shiatsu, reconoce claramente los beneficios del shiatsu en el tratamiento de ciertas dolencias y aboga por su inclusión en los sistemas de salud pública. Los datos recogidos en este estudio indican que una muestra de pacientes sentían que sus terapeutas les escuchaban con atención y que consideraban que estos –los terapeutas– eran dignos de confianza, cálidos y capaces. Los clientes también indicaron que tras los tratamientos se sentían relajados, calmados y de mejor ánimo para afrontar sus problemas. Los participantes con altos niveles de stress y problemas musculares y/o articulares fueron los que presentaron la mejoría más significativa.^[9]

Regulación

Reconocimiento por parte de las autoridades sanitarias

En Japón, cualquier persona que practique el shiatsu como terapia debe obtener una licencia del Ministerio de Salud y Bienestar Social. Las personas que practican shiatsu están obligadas a estudiar al menos un programa educativo de tres años / 2200-horas en las universidades o colegios autorizados por el Ministerio de Salud y Bienestar Social y deben aprobar el examen nacional para conseguir la licencia.

Pero, a pesar de que el shiatsu está reconocido como terapia en Japón –su definición allí incluye las palabras "curación" y "dolencia"–, las autoridades sanitarias de otros países no comparten esta visión. En varios países de Europa para referirse a una terapia en términos que impliquen curación, sanación y tratamiento, la ley obliga a avalar estas afirmaciones con estudios científicos contrastados. Como ya se ha mencionado más arriba, los estudios sobre la eficacia terapéutica del shiatsu aún no son suficientes ni suficientemente concluyentes, lo cual dificulta su regularización por parte de las autoridades sanitarias.

Cabe destacar que el shiatsu fue una de las ocho disciplinas mencionadas en el Informe Collins adoptado por el Parlamento Europeo en 1997, que abogó por regular las terapias complementarias, no obstante dicho informe expresó la necesidad de profundizar en las investigaciones sobre su eficacia.^[cita requerida]

Títulos y formación de terapeutas

Los distintos países en los que se practica el shiatsu han elaborado diferentes métodos de homologación de licencias profesionales de los terapeutas de shiatsu que, a menudo, se superponen con las licencias para la práctica profesional del masaje en general. No obstante, la homologación en todo el mundo es la de un curso de 3 años, que incluye práctica clínica y escrita con exámenes que incluyen anatomía occidental, así como la MTC.

Desde su introducción del Shiatsu en España en 1981 gracias al maestro Onoda, la Escuela Japonesa de Shiatsu[1], ha tenido como principal objetivo formar a futuros terapeutas con conocimientos del auténtico de Shiatsu, para ello La Escuela Japonesa de Shiatsu cuenta con el respaldo del Japan Shiatsu College (Universidad de Shiatsu de Japón), máximo exponente internacional del Shiatsu, y la Namikoshi Shiatsu Europe Association, garantizando una formación completa, auténtica e integral de la terapia Shiatsu, mediante programas reconocidos internacionalmente por su calidad, autenticidad y rigor técnico. En la actualidad los cursos impartidos en la Escuela Japonesa de Shiatsu, son los únicos que cuentan con el respaldo directo del Japan Shiatsu College. Además la Escuela Japonesa de Shiatsu, es la única entidad en Europa que ofrece la posibilidad a alumnos a la obtención del título de Instructor de Shiatsu Namikoshi, siendo examinados por el comité de evaluación del Japan Shiatsu College. Dicho título acredita para poder ejercer como instructor de Shiatsu Namikoshi, bajo el amparo y respaldo del Japan Shiatsu College y la Asociación Namikoshi Shiatsu Europa.

En el caso concreto de España, la Asociación de Profesionales de Shiatsu en España (APSE^[10]) reconoce los títulos de practicante de shiatsu obtenido en las escuelas reconocidas por APSE. Para contar con dicho reconocimiento, las escuelas de shiatsu deben cumplir los criterios del plan de estudios homologado y acordado por la Federación

Europea de Shiatsu (FES ^[11]). El programa homologado a nivel europeo por la FES, elaborado por las distintas asociaciones nacionales europeas de shiatsu, consta de 3 cursos anuales con una formación presencial de 450 horas con profesorado, 250 prácticas con sus historiales y contenidos teóricos como anatomía, fisio-patología y medicina tradicional china.

Asociaciones profesionales

Europa:

- Escuela Japonesa de Shiatsu ^[12]
- Namikoshi Shiatsu Europa ^[13]
- Federación Europea de Shiatsu (FES) ^[14]
- Asociación de Profesionales de Shiatsu de España (APSE) ^[15]
- Gesellschaft für Shiatsu Deutschland ^[16]
- Shiatsu Gesellschaft Schweiz ^[17]
- Federazione Italiana Shiatsu Insegnanti e Operatori (FISieo) ^[18]
- Shiatsu Society ^[19]
- Shiatsu Association of Finland ^[20]
- Association Internationale de Shiatsu Traditionnel (A.I.S.T.) ^[21]
- Shiatsu Society Ireland ^[22]
- Dutch Association of Iokai Shiatsu Therapists (V.I.S.) ^[23]

Norteamérica:

- American Organization for Bodywork Therapies of Asia (AOBTA®) ^[24]
- Shiatsu Therapy Association of Ontario (S.T.A.O.) ^[25]
- Canadian Shiatsu Society of British Columbia ^[26]

Sudamérica:

- Asociación Argentina de Shiatsu ^[27]

Oceanía:

- Shiatsu Therapy Association of Australia Inc. (STAA) ^[28]

Referencias

- [1] <http://www.shiatsudo.com>
- [2] <http://www.shiatsudomalaga.com>
- [3] <http://www.shiatsudogranada.com>
- [4] <http://www.shiatsudobarcelona.com>
- [5] http://www.paintasmile.org/v2/upload/medias/proj_66/Salud_Madrid.pdf
- [6] <http://www.cancerhelp.org.uk/help/default.asp?page=255#evidence>
- [7] Robinson, N., Donaldson, J. and Lorenc, A. (2006). Shiatsu: A Review of Evidence. London: Thames Valley University http://www.shiatusociety.org/public/downloads_public/Shiatsu%20Systematic%20Evidence%20Review%20Complete.pdf
- [8] Index of Theses <http://www.theses.com/>
- [9] Long, A.F. (2007). The effects and experience of Shiatsu: A cross european study. Leeds: University of Leeds, School of Healthcare http://www.shiatsu-apse.es/wp-content/uploads/Informe_Ejecutivo_Estudio_FES.pdf
- [10] <http://shiatsu-apse.org>
- [11] <http://www.shiatsu-esf.org/>
- [12] <http://shiatsudo.com/>
- [13] <http://namikoshishiatsueuropa.com/>
- [14] <http://es.shiatsufederation.eu/>
- [15] <http://www.shiatsu-apse.es/>
- [16] <http://www.shiatsu-gsd.de/>
- [17] <http://www.shiatsuverband.ch/startseite.html>
- [18] <http://www.fis.it/>

-
- [19] <http://www.shiatusociety.org/>
 - [20] <http://www.shiatsu.fi/index.php?lang=en>
 - [21] <http://www.shiatsu-aist.org/accueil/accueil.php>
 - [22] <http://www.shiatusocietyireland.com/>
 - [23] <http://www.iokai-shiatsu.org/>
 - [24] <http://www.aobta.org/>
 - [25] <http://www.shiatsuassociation.com/>
 - [26] <http://www.shiatsupractor.org/>
 - [27] <http://centrozenshiatsu.com.ar/Aashi.htm>
 - [28] <http://www.staa.org.au/>
-

Fuentes y contribuyentes del artículo

Iridiología *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70532354> *Contribuyentes:* AVIADOR, Adelpine, Aganon77, Alandalusia, Andrédegamma, Biasoli, BuenaGente, Cerato, Ciberprofe, CommonsDelinker, Diegusjaimes, Dossier2, Editorgal, Fixertool, Folkvanger, Foundling, Grillitus, HUB, Halfdrag, Homoterra, I Am Weasel, Jmdoren, Karinaohme, LP, Laura Fiorucci, Luis del Alba, Matdroses, Miss Manzana, Natanzelaya, Netito777, Nihilo, Norero, Penarc, Ralgis, RicardoPineda, Sixto porras, Tano4595, Technopat, Terapeutas, UPO649 1112 mreycor1, Varano, Waka Waka, Xepo, 134 ediciones anónimas

Yoga *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70413172> *Contribuyentes:* José, Sergio, Zrombos, A. B., Acratta, Airunp, Airwolf, Ale flashero, Alejandrosanchez, Alfajorgito, Alhen, Aquitaki, Arielalvare, Aswa, Atrejo, Balderson, Belphegor192, Bernard, BetoCG, Bongos, CARLOS TEIXIDOR CADENAS, Camilo, Cancamo, Carmin, Cgarcialaborde, Cookie, Cordwainer, CosacoM, Ctrl Z, David-funda, Davidonrubio, Davius, Delphidius, Dhidalgo, Dianai, Dibujon, Dodo, Dokoyu, Dorieo, Dr ramses, Dwayneamac, Eduardosalg, Edub, Egaída, El Moska, El Pitufu, Elwikipedista, Emijrp, Escarlati, Evasivo, Farisori, Floresdavid, Fonsi80, Foundling, Franciskiano, Gafotas, Gonzalorico, Guillomer, Gusgus, Hernieca, Hzhorrilla, Humberto, Hunben, Igna, IrwinSantos, Itnas19, JABO, JViejo, Jarisleif, Jessik Ramirez, Jkbw, Jondel, Jorge Rivero, Jriberoyoga, Jsanchezes, Juan Ramón P.C., Juanmorales29, Julitu, Jynus, Kcam, Khiairi, Kompustito, Konnie 77, Krun00, Kurma, LP, Lauro, Leonpolanco, Lin linao, Linux65, Luis1970, Lycaon83, MFGH, Mafores, Mahadeva, Manuel Trujillo Berges, Manuprobst, Mariainesferrari, Martingala, Matdroses, Mbardo, McMalamute, Mcompos, Mitradeva, Mjoseph, Montgomery, Moriel, Mr. Moonlight, Muro de Aguas, Nataliaja, Netito777, Nicolás Kitzsteiner, Nihilo, Numismundo, Omarcampos, Omkara, Opus88888, Orgulloomore, Oscar, Pablos, Pan con queso, Pascow, Patoaballay, Pedrero, Pepelopez, Petronas, PhJ, Poco a poco, Pradipaka, Prema, Psiko, Qwertymith, RAMCS, Rafaelandresmessina, Rafaelspania, Ramonleonato, Ramonnomar, Rastrojo, Recidte, Retama, Rmyak, Roche, Rosarino, RoyFocker, Rrge, Sadhaka, Sahaja, Saiyoga, Salperaso, Santiperez, Savig, Sergio Andres Segovia, Sivani, Skadia, Snakeyes, Soficarranza, Sophos, Sportzapico, SuperBraulio13, Swamikali, Swamimatayogananda, Swamini, Swasthya, Swasthya recoleta, Swasthyabelgrano, Swasthyayogaantiguo, Swasthya-palermo, Taichi, Tano4595, Tanumanasi, Teleyinex, Tirithel, Tomatejc, Tulku, Tunina, UAWiki, Vitamine, Wikiléptico, Will vm, Xabier, Xoán Carlos Fraga, Yenko, Yoga-vital, YogaYe, Yegacientifico, Yogaenlugo, Yogoas, Yogavital bariloche, Yosimotokaaki, Yrithind, Íxvar, 518 ediciones anónimas

Ayurveda *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70250924> *Contribuyentes:* Acratta, Alvaround, Amanuense, Andreasmperu, AxelVata, Barcex, BludgerPan, Bucephala, Buhobis, Busyman99, Cinevoro, Copydays, Cvbr, D Pedro, Dhidalgo, Ediciones Ayurveda, Emporio2012, Flopi 1012, Fonsi80, Fremem, Gervoman, Haydea, Im categoñi, Javierito92, Jcaviedes, Jkbw, Jmfalguera, Jorgeberra, Jorgeberra23, Juan Ramón P.C., Juancar24578, Leonpolanco, Lgali, Lolafalleas, Martinbruno, Matdroses, Nihilo, Patricio.lorente, Rjgalindo, Roberpl, Rosarinagazo, Rosarino, Ryinki, SKehr, Sabbut, Sailorsun, Saloca, Santiperez, SuperBraulio13, Teknomegisto, Tunina, Xabier, Xuanxo, Yago AB, 63 ediciones anónimas

Medicina holística *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70622002> *Contribuyentes:* Zrombos, Constanza Calderón Faunes, Dhidalgo, Jkbw, Karinaohme, Mar del Sur, Nioger, Roberpl, Rosarinagazo, Sageo, Taxus2000, 15 ediciones anónimas

Naturismo *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70656361> *Contribuyentes:* Abrahamlincoln, Airunp, AlbertoDV, Alexan, Allforrous, Antonorsi, Avrikl, B.N.Sanchez., Binkhus, Bonnot, ColdWind, CommonsDelinker, Cookie, Cristina García Mas, Dexo, Dhidalgo, Dianai, Dodo, Edmenb, Elmigue, Elrefugio, Emijrp, Ener6, Er Komandante, Fadesga, Foundling, Gab44, Ginés90, Guanxito, Halfdrag, Jomogo, Jorge c2010, Juni78, Loveless, Mafores, Matdroses, Moniaklisa, Naturista84, Nihilo, Petrus, Pólux, Rafa sanz, Rastrojo, SMP, Saloca, Salud Segart, Silvestre, Smrolando, Taichi, Tano4595, Tatvs, Taxus2000, Technopat, Tomatejc, Tournesol, VKEG, Veltys, Xabier, Yeyong, 115 ediciones anónimas

Alopatía *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70126047> *Contribuyentes:* Airunp, Alandalusia, Algarabia, Bucho, Cembo123, Cookie, CosacoM, EWAoWe, Eloy Eldelmar, Elsia.felixm1, Fernando Estel, Foundling, Grillitus, Jkbw, Jorgeolvera, Joseaperez, Kadellar, LP, LaosLos, Leonpolanco, Matdroses, Netito777, Netmarti, Niqueco, Pedriawisdom, Petrus, Roberpl, Stormnight, Teknomegisto, Tetrabrain, Xvazquez, 31 ediciones anónimas

Homeopatía *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70495714> *Contribuyentes:* 3coma14, 4lex, Abrahamlincoln, Acflogar, Afrasiab, Akma72, Alandalusia, AldanaN, Alejandro Martínez Casillas, Aleuze, Algarabia, Alphabratvotango, Amadis, Amunarg, Analiza, Andrios, Antur, Antón Francho, Arcieí, Armando-Martin, Ascánder, AstroF7, Atila rey, Avasquezfuchslocher, Avm, Açipni-Lovrij, Baumeister2, Belb, Biblioflotranstornado, Bostador, Bucephala, C'est moi, Caliver, Catalina Montfort, Cgb, Cgbraschi, Chessa, Cheveri, Chewie, Ciberprofe, ColdWind, Comae, CommonsDelinker, Cookie, Correoqsk, CosacoM, Cratón, Cvalda, Czajko, DJ Nietzsche, David Vinyes, David0811, Delphidius, Dem, Diegofemoto, Diegusjaimes, Diogenesclincico42, Dodo, Draxtreme, Drmatute71, EKhan, EOZyo, EWAoWe, Emeazga, Edslow, Eduardosalg, Elduende, Elliniká, Elwikipedista, Ensada, Erfil, Escarlati, Espindola ger, Evasivo, Falconauumanni, FarmaGreen, Fer31416, Fernando Estel, Fernando cervera, Figchen, Fjsalguero, Flizzz, Fonsi80, Furfur, GGTSM, Galandil, Gemmavet, Gengiskanhg, Ggenellina, Guay, Gusgus, Gusib, Hahnemann2007, Hahnemann2010, Halfdrag, Hanjin, Hispa, Homeopata, Homoterra, Hossmann, Humberto, I Am Weasel, Ignacio Icke, Ivan.gz, JABO, JAGT, JFB, Jakeukalane, Javier Carro, Javierchiclana, Javu61, Jdsampayo, Jeanpca, Jkbw, Jorge c2010, Jose A. Mora, Joseaperez, Josell2, Jsalguero, Jsanchezes, Jvsrand, Jzh2074, Kismalac, Kordas, LMLM, LP, Lagd, Laura Fiorucci, Leszek Jańczuk, Llull, Lonjho, Lostreschiflados, Lourdes Cardenal, Lvilabo, Mac, Magister Mathematicae, Mahadeva, Maikelnai, Maldoror, Manolovar2, Manuede, Manufm, Manwé, Marco3w, Maresdorados, Marta Llopart, Mas2007, MatNet, Matdroses, MaykelMoya, Melocoton, Mercenario97, Micke ELHM, Miss Manzana, Mjoseph, Montgomery, Moriel, Mortadelo2005, Mpeinadopa, Ncc1701zzz, Ne0bi0, Nelson Adolfo Granados Uribe, Netito777, Nihilo, Niqueco, Noldori, Nopetro, Norero, Ogma, Olivares86, Opinador, Orannaku, P.o.l.o., Pabloallo, Paintman, Pakaran, PaleoFreak, Pedriawisdom, Penarc, Petrus, Pginemo, Pharmo, Pieter, Platonides, Plindez, Poco a poco, Prietoquilmes, Queninosta, R4ph431, Rafael F Callejo, Ralphloren171, Raquel Moyano, Raserran, Ravave, Recareado el godo, Resped, Retama, Rizobio, Roberpl, Robertorece, Roche, Rodrigo Gonzalez 1000, Rolf obermaier, Rumpelstiltskin, Sasquatch21, Savh, Savihc, Sersilva, Simeón el Loco, Solmedo, Sonet72, Sorimi, Soyjuar, Stalin.adp, SuperBraulio13, Suruena, Technopat, Teknomegisto, Thorin, Tidsa, Tirithel, Tostadora, Travelour, Triku, Trujaman, UA31, Unic, Unificación, Valardhur, Varano, Vejeke, Victor Chión, Victor Lledo, Vivero, Votinus, Waka Waka, White Master King, Wikisilki, Yodigo, Zhora, Zifra, Ángel Luis Alfaro, Óscar Beceril, 648 ediciones anónimas

Acupuntura *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70470037> *Contribuyentes:* Zrombos, 3coma14, 4lex, Acuna007, Acupunturachile, Agada, Alejandrosanchez, Alexav8, Algarabia, Altirrijos, Ana Chévere, Analiza, Andresms15, Antonorsi, Antur, Arandu Y.M., Balderai, Beaire1, Biasoli, Boddhidharma, Carlos López Borgoño, Carlosbaum, Chico512, Ciberprofe, Cinabrium, CommonsDelinker, Cristina Infante Alás, DZPM, Damifb, Danigarciamart, Delphidius, Digigalos, Dodo, Dweigel, Edub, El Loco De La Gabardina, Elduende, Eloy Elmar, Elwikipedista, Emijrp, Ensada, Evasivo, Fjsalguero, Flextron, Foundling, Guay, Gusib, HUB, Heavyrock, Hernanpazosmendez, Hiday kkyo, Housequake, Hprmedina, Ignacio Icke, Italo Romano, Javierchiclana, Javierito92, Javu61, Jdomingos, Jesusb1001, JorgeGG, Josefede999, Julitok, KELPER, Leonpolanco, Lillianameza 1, Lobillo, Lonjho, Luís Felipe Braga, Mar Eloy, Martínhache, Masacroso, Mjoseph, Mpeinadopa, Ncc1701zzz, Nelson Adolfo Granados Uribe, Netito777, Ninovolador, Paradoja, Patricia e, Paulaves, Phe, Polinizador, Prietoquilmes, Raimundo Pastor, Rivas99, Sageo, Santiago matamor, Savh, Sergio Andres Segovia, SiberianSvezde.Sun, SimónK, Sorimi, Taichi, Teknomegisto, Tikobcn, Tirithel, Tony Rotondas, Tonymex123, Triku, Tutte84, Tv insomne, Uam acupuntura, Varano, Wizeuce, Xabier, Xhienne, Xosema, Yardcock, Yayoloco, 134 ediciones anónimas

Magnetoterapia *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=69950296> *Contribuyentes:* -antonio-, 4lex, Alrik, Analiza, Açipni-Lovrij, Banfield, Biasoli, BiomedicalEU, Cerato, Ciberprofe, Diegusjaimes, Dodo, Dorieo, Ecarabebu, Eduardosalg, El chuka, Elwikipedista, Fayzuliy, Fernando Estel, Gaius iulius caesar, Grace Mejia, I Am Weasel, Javier tshuel, Javier.Padilla.UEM, Jkbw, Jorge c2010, LP, Maleiva, Mctina, Medisalud, Mjoseph, Montgomery, Oxilium, Pólux, Rafaminu, Raimundo Pastor, Sergio Podadera, UAWiki, Unf, Uny, Veon, Wing Leader, Xavier Canals-Riera, 63 ediciones anónimas

Reiki *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70384810> *Contribuyentes:* Zrombos, 3coma14, Abece, AdalCobos, Alber-Journal, AldanaN, Aleuze, Algarabia, Alhen, Amadis, Aminadab, Arquetypo, Centaurodelta, Cinabrium, Cobalttempst, Comae, Cyberespacio, Dark-N, Debeitia, Delphidius, Dodo, Eamezaga, Eloy, Elwikipedista, Enamour, Eosporos, Evasivo, Ezarate, FAR, Farisori, Filosombi, Fjsalguero, Flizzz, Fonsi80, Gcsantiago, Gervoman, Gusgus, I Am Weasel, Icarozzi, Icvav, Incredula, Jjvaca, Jorge c2010, Jsalguero, Julie, Kingpowl, Koko0 0, KundaliniZero, LMLM, LP, Lin linao, Lironcareto, Lizzie17, Lobillo, Magister Mathematicae, Maldoror, Maileva, Masacroso, Matinico2009, Matinico97, Maxildsm, Maxwell86, Mctina, Metrónomo, Milagil, Mizar, Mjoseph, Mortadelo2005, Muro de Aguas, Nahuel36, Ncc1701zzz, Nerika, Niqueco, Nixón, Oriok, Paradoja, Pati, Porao, Raimundo Pastor, Rbarnier, Rhtaurus, Roche, Rosarino, Rrge, Sabbut, Saloca, Sfg, Smrolando, Sophos, Sunayani, SuperBraulio13, Taichi, Teknomegisto, Tirithel, Unic, Víctor Fernández Casanova, ZrzKing, 337 ediciones anónimas

Efecto placebo *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=70412223> *Contribuyentes:* Albireo3000, Aleuze, Antonorsi, Ascánder, Camima, Carlos López Borgoño, Celsius82, Cyberdelic, Diegusjaimes, Eosporos, F.Jarocca, Fernando Estel, Fixertool, Gizmo II, Greek, Götz, HUB, Halfdrag, Humbefa, Humberto, I Am Weasel, Incbvsv74, JPLema, Javu61, Jkbw, Joseaperez, Jsanchezes, Jugones55, Jvaf85, Lin linao, Masacroso, Matdroses, Miguel A. Ortiz Arjona, Moriel, Oíajonzarrajería, Pabloallo, Pablos, Palissy, Petronas, Pieter, Sobrino, Raimundo Pastor, Reignerok, Rferfernandez, Rocío Acosta, Rondador, Sabbut, Sauron, Stormnight, Tano4595, Tazguy00, Terito Viajero, Unificación, Xrm0, 83 ediciones anónimas

Shiatsu *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?oldid=69430218> *Contribuyentes:* Aesh, Alexav8, Angel GN, Aze, Biasoli, Danubio, Daypha, Dodo, Duet Paris By Night, Eessh, Eloy Elmar, Elwikipedista, Ensada, Evasivo, Fayzuliy, GeoX, Grillitus, Grizzly Sigma, Gustronico, Halfdrag, Huelladelobo, I Am Weasel, Icsmsc, Issey 46, Itzuahtli, Jayjhennesty, LP, Laura Fiorucci, Lmorita, Luis1970, Manuel Trujillo Berges, Matdroses, Mjoseph, Mutari, Ncc1701zzz, Netito777, Nomiga, Raelorza, Ramonperis, Richey, Rowina perl, Rrge, Sabbut, Sageo, Shiatsudobarcelona, Siabef, Sfg, Snakeyes, Solyluna, Sophos, Suomi 1973, Taichi, Tirithel, Tortillovsky, Urdangaray, Uruk, Voj 2005, Xabier, Yasuragi, Yasuragishiatsu, 134 ediciones anónimas

Fuentes de imagen, Licencias y contribuyentes

Archivo:Iris.eye.225px.jpg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Iris.eye.225px.jpg> *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Michael Reeve

Archivo:Aum.svg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Aum.svg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Cgpwiki, Davin7, Durga, Exact, Körnerbrötchen, Luckas Blade, Markuba54, Melian, Umbreon126, VIGNERON, W!B., Wilfredor, めいしあす, 5 ediciones anónimas

Archivo:Sadhu3.jpg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Sadhu3.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Davin7, Durga, FSII, Filnik, Humboldt, Kaganer, Kilom691, Loveless, Roland zh

Archivo:Vrksasana.jpg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Vrksasana.jpg> *Licencia:* Creative Commons Attribution 2.0 *Contribuyentes:* Judith from london, UK

Archivo:Sarvangāsana.jpg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Sarvangāsana.jpg> *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Belphegor192, Davin7, Durga, Othertree

Archivo:Yoga4Love Freedom Gratitude.jpg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Yoga4Love_Freedom_Gratitude.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Yoga4love

Archivo:Lahiri Mahasaya.jpg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Lahiri_Mahasaya.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Davin7, Fernando S. Aldado, Inka, Roland zh, Rosarino, W., 1 ediciones anónimas

Archivo:Tanumānāsi kapalabhāti.JPG *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Tanumānāsi_kapalabhāti.JPG *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Jesús Bonilla "Tanumānāsi"

Archivo:Patanjali.jpg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Patanjali.jpg> *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* en:Rpba

Archivo:Stamp of Moldova 038.jpg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Stamp_of_Moldova_038.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Post of Moldova

Archivo:Spanish Wikiquote.SVG *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Spanish_Wikiquote.SVG *Licencia:* logo *Contribuyentes:* James.mcd.nz

Archivo:Commons-logo.svg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Commons-logo.svg> *Licencia:* logo *Contribuyentes:* SVG version was created by User:Grunt and cleaned up by 3247, based on the earlier PNG version, created by Reidab.

Archivo:Wiktionary-logo-es.png *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Wiktionary-logo-es.png> *Licencia:* logo *Contribuyentes:* es:Usuario:Pybalo

Archivo:Godofayurveda.jpg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Godofayurveda.jpg> *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Original uploader was F16 at he.wikipedia

Archivo:Crudiveganismo.JPG *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Crudiveganismo.JPG> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contribuyentes:* User:Abrahamlincoln

Archivo:Durer Adam and Eve.jpg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Durer_Adam_and_Eve.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Andreagrossmann, Aua, Darwinius, Eusebius, Herbythyme, Ionutzmovie, Jerem43, Kilom691, Mattes, Mauro Lanari, Oursana, Ranveig, Rex, Sailko, Ukko.de, Wst, めいしあす, 7 ediciones anónimas

Archivo:Byedeman Gomeopatiya vzir.jpg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Byedeman_Gomeopatiya_vzir.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Alexander Beydeman (1826—1869)

Archivo:Hahnemann 1996.png *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Hahnemann_1996.png *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Ar291

Archivo:Homeopathic332.JPG *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Homeopathic332.JPG> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Wikidudeman

Archivo:Hahnemann.jpg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Hahnemann.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Alexbrn, Maksim, Mutter Erde, Rainer Zenz, Rtc, Wst

Archivo:Rep1.JPG *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Rep1.JPG> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Wikidudeman

Archivo:Entrada_IPN.JPG *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Entrada_IPN.JPG *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Erik Fritz (Cobalttempest)

Archivo:UNESCO logo.svg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:UNESCO_logo.svg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Flag_of_UNESCO.svg: User:Madden derivative work: Beao

Archivo:UNESCO-ICH-blue.svg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:UNESCO-ICH-blue.svg> *Licencia:* Trademarked *Contribuyentes:* UN

Archivo:Acupuncture1-1.jpg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Acupuncture1-1.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Kyle Hunter (= original uploader Kphunter at en.wikipedia)

Archivo:Flag of the People's Republic of China.svg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Flag_of_the_People's_Republic_of_China.svg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Drawn by User:SKopp, redrawn by User:Denelson83 and User:Zscout370 Recode by cs:User:-xfi- (code), User:Shizhao (colors)

Archivo:ChineseMedecine.JPG *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:ChineseMedecine.JPG> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Miuki, Xhienne

Archivo:Aiguille d acupuncture avec regle.dsc02265.untitled+cropped+WB.jpg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Aiguille_d_acupuncture_avec_regle.dsc02265.untitled+cropped+WB.jpg *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0,2.5,2.0,1.0 *Contribuyentes:* Xhienne

Archivo:Acoplamiento inductivo.png *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Acoplamiento_inductivo.png *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contribuyentes:* User:Grace Mejia

Archivo:Campo electrico.png *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Campo_electrico.png *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contribuyentes:* User:Grace Mejia

Archivo:reiki.png *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Reiki.png> *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.0 *Contribuyentes:* Aotake, Cegomez, Fiorellino, FlickreviewR, MECU, Santosga, 1 ediciones anónimas

Archivo:Wikisource-logo.svg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Wikisource-logo.svg> *Licencia:* logo *Contribuyentes:* Guillom, INeverCry, Jarekt, Leyo, MichaelMaggs, NielsF, Rei-artur, Rocket000

Archivo:Preceptos reiki.png *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Preceptos_reiki.png *Licencia:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contribuyentes:* César Gómez

Archivo:Reiki DSCF2008.jpg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Reiki_DSCF2008.jpg *Licencia:* GNU Free Documentation License *Contribuyentes:* Original uploader was Andy Beer at en.wikipedia

Archivo:Mikaousui.jpg *Fuente:* <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Mikaousui.jpg> *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Dreamage, Reggaeman, Ö

Archivo:Chujiro Hayashi.jpg *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Chujiro_Hayashi.jpg *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* Author unknown

File:Chinese meridians.JPG *Fuente:* https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Archivo:Chinese_meridians.JPG *Licencia:* Public Domain *Contribuyentes:* KVDP

Licencia

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0
[//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)
