

Jornada de Medicina Integrativa: dialogarán especialistas ortodoxos y alternativos

## Buscan integrar distintos enfoques en salud

El encuentro propicia la interacción entre alopátia, homeopatía, nutrición, medicina china, yoga, reiki, tai chi chuan y otros

El 80% de las consultas es debido a causas psicosomáticas

Es importante enfocar la atención con una mirada holística o totalizadora

El objetivo es que el paciente sea activo y responsable

Domingo 13 de octubre de 2002 | Publicado en edición impresa

Noticias de Ciencia/Salud: anterior | siguiente

FOTO

VER MAS FOTOS



El tai chi y sus beneficios ya figuran en la base Medline de datos científicos

Foto: Archivo

En el Mind/Body Medical Institute de la Escuela de Medicina de la Universidad de Harvard, Estados Unidos, el doctor Herbert Benson está investigando cómo intervienen el cerebro y el sistema inmunológico en el fenómeno de la relajación. Por su parte, desde hace algunos años, la psiconeuroinmunología viene mostrando los beneficios de **integrar** áreas antes divorciadas para potenciar los conocimientos sobre la **salud** humana. Y en una base de datos como Medline, consultada por miles de médicos, se pueden obtener datos de estudios sobre los beneficios del *tai chi chuan* ...

Estos son sólo algunos ejemplos del modo en que muchos científicos se han esforzado en reconciliar - tanto en sus **enfoques** de investigación como en los terapéuticos- el cuerpo, la mente y las emociones.

"Benson y otros investigadores de universidades prestigiosas como la de Harvard han comprobado que, actualmente, el 80% de las consultas se debe a patologías derivadas de situaciones de interacción cuerpo-mente, situaciones de stress", afirma la

licenciada Susi Reich Gieso, psicóloga, terapeuta familiar, miembro del consejo asesor del International Partnership Education Center y presidenta de la fundación Proyecto Tercer Milenio, dedicada a la difusión y acción de nuevos paradigmas en **salud**, educación y organizaciones empresariales.

Reich está organizando un encuentro ambicioso: la primera Jornada de **Salud** Integral para el siglo XXI, que se realizará el próximo viernes en la sede de la Sociedad Científica Argentina, que auspicia el encuentro junto con el Ministerio de **Salud** de la Nación, la Asociación Sistémica de Buenos Aires y la Sociedad Argentina de Terapia Familiar. El objetivo, afirma Reich, es "buscar métodos de investigación que puedan dar cuenta de la integración entre las diferentes prácticas. Creo que vamos camino a la medicina integrativa".

Según su definición, la medicina integrativa debería ser parte de un nuevo paradigma que conjugue la alopátia, las medicinas complementarias o alternativas, y un tercer ingrediente: el paciente activo y responsable.

"Sabemos cuál es la respuesta espontánea del cuerpo ante el estrés: la adrenalina. Muchos están diciéndoles a sus pacientes que eviten el estrés, pero eso es imposible. Así, con el tiempo, la repetición de las situaciones conlleva la aparición de la enfermedad."

**-¿Usted cree que no estamos respondiendo bien al estrés del que ningún ser humano puede hoy estar exento?**

-Desde la alopátia, la alternativa está dada insuficientemente por los ansiolíticos y antidepresivos, que son útiles en muchos casos, pero que se usan en forma indiscriminada en muchos otros. Sabemos que la psicoterapia, las prácticas de respiración o el yoga (por mencionar algunos) son caminos que mejoran nuestra respuesta a la respuesta espontánea del cuerpo al estrés, que es la adrenalina, porque nos permiten estar alerta y reaccionar en forma temprana y preventiva.

**-¿Habrá manera de medir los efectos de estas alternativas?**

-Hoy no tenemos manera, y para buscarla vamos a juntar a médicos alópatas, homeópatas, psicólogos, especialistas en medicina orthomolecular, nutricionistas, osteópatas, expertos en medicina china, nutrición, yoga, reiki y tai chi chuan.

**-¿Se trata de buscar la mejor opción para cada paciente?**

-Se trata de no separar disciplinas, sino de unir, de añadir complejidad para tener mejores respuestas para los pacientes y ampliar nuestros límites de conocimiento. No decimos que un paciente hipertenso no tome la medicación indicada por su médico, sino de que quizá realizando técnicas de relajación necesite menos dosis.

**-¿Por qué en su concepción de la medicina integrativa está la figura del paciente activo?**

-Porque una persona que toma medicación oncológica y ha preparado su cuerpo (con actividad física, buena nutrición, meditación o lo que sea) para recibir esas dosis es muy diferente a otra que sólo va al médico para recibir una receta. La vida se está extendiendo, y la idea es que seamos viejos sanos, activos, informados. No se trata de prolongar la agonía sino la vida. Y, para eso, hay que estar bien despierto.

**Valeria Shapira**

**De la Redacción de LA NACION**

**Gabriela Michetti**

Resúmen de su primer año de gestión en la vicejefatura de gobierno.

[aireyluz.com/michetti](http://aireyluz.com/michetti)