

Las terapias naturales en la enfermería. Aplicación en los procesos urológicos

INTRODUCCIÓN

La medicina complementaria y las terapias naturales y alternativas son una herramienta muy utilizada por los profesionales de la salud y por los pacientes que buscan una mejor calidad de vida.

Las terapias naturales y medicinas complementarias, entendidas como método o conjunto de métodos naturales de salud y sanación, han existido desde siempre, desde el principio de los tiempos, el hombre hacía uso de ellas de forma espontánea integrándolas inconscientemente en su vida cotidiana. En un momento de la historia surge la necesidad de sentar con claridad sus bases filosóficas, científicas y terapéuticas, y es entonces cuando un individuo, una tribu o una cultura formulan y desarrollan su propio criterio de medicina natural basándose en su concepto de salud, enfermedad y curación.

Remontándonos al siglo IX a.c., nos encontramos a Esculapio, considerado el “dios de la medicina”, al que le seguirían varias escuelas, entre ellas la de los esculapios, que eran un cuerpo sacerdotal dedicado a la curación por medio del masaje, la hidroterapia, la eoloterapia, la helioterapia y la fitoterapia.

En el año 490 a.c., Hipócrates de Cos se considera como padre de la medicina occidental. Integra diversas fórmulas fitoterápicas de los egipcios, hebreos y persas. Destaca que el proceso de salud es un equilibrio interno de diversos humores, y que la curación radica en la propia persona. En su obra *Corpus Hipocraticum* ya habla de la importancia activa del paciente en su proceso de curación e incluye el concepto de diatía (utilizado por la cultura griega), que responsabiliza a la dieta como medio que influye en los individuos y en sus procesos internos.

Más adelante, en el siglo II a.c., aparece el Ayurveda. El Yajur-Veda, que significa ciencia de vivir, tiene su origen en los libros de los vedas, aunque su contenido, transmitido por tradición oral, data del 800 a.c., época en que lo vedas poblaron el Indostán (India). El Ayurveda se fundamenta en la teoría de los humores: vata (viento), pitta (bilis), kapha (flema). El yoga, masajes, ayunos, purgas, depuraciones y la revitalización están muy arraigados a la tradición médica hindú y concretamente en el Ayurveda.

También en esta época nos encontramos con que la cultura árabe define el criterio naturopático a través del tabdir, las culturas orientales por medio del taoísmo y la cultura indioamericana por el chamanismo.

La enfermería hace aportaciones a las terapias naturales. Así, Florence Nightingale es la primera enfermera que, en 1858, nos habla de la influencia del entorno: aire, agua, luz solar, etc. Conceptualizó a la enfermería como la encargada de la salud personal de alguien y afirmaba que lo que la enfermera tenía que hacer era poner al paciente en las mejores condiciones para que la naturaleza actuara sobre él. “La enferme-

ría debería significar el uso apropiado del aire, la luz, el calor, la limpieza y la selección de la dieta y su administración con el menor gasto de energía posible”.

Más adelante, Eunice Inghan realizó un trabajo sobre la “Terapia de las zonas reflejas” y elaboró el primer mapa de las zonas reflejas de los pies (reflexoterapia).

A Marta Rogers le debemos la “Teoría del ser humano”. En ella describe a la persona como campos de energía que interactúan e intercambian entre sí, teniendo cada persona su propio patrón de energía y considerando que para mantener la salud deben darse determinados intercambios energéticos.

Otras enfermeras que han realizado sus aportaciones: Marie-Françoise Collière, enfermera y antropóloga, nos habla de las mujeres y el cuidado que han proporcionado con las manos; Dolores Krieger nos instruye sobre el toque terapéutico (imposición de manos); Rosette Poletti nos transmite sus enseñanzas de reflexología, visualización, relajación (Escuela Le Bon Secours, Ginebra).

Actualmente podemos encontrar diversas definiciones para las terapias naturales y medicinas alternativas.

Según la OMS, las terapias naturales se definen como: “Medicinas que incluyen diversas prácticas sanitarias con enfoques, conocimientos y creencias distintas a las oficiales, que incluye medicinas basadas en plantas, animales y/o minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios para mantener el bienestar, así como tratar, diagnosticar o prevenir enfermedades”.

Existe una definición de una enfermera española, Carmen Victoria Sobrín Valbuena, que a mi parecer describe las terapias naturales desde la enfermería: “Las terapias naturales, también conocidas como terapias alternativas, complementarias, tradicionales, no convencionales..., pueden definirse como aquellos procedimientos terapéuticos que hasta hace poco no se enseñaban en la Universidad, y que tienen un enfoque holístico del proceso de la enfermedad, considerando la relación entre cuerpo, mente y espíritu. No tratan signos ni síntomas, sino causas externas e internas que conducen a un desequilibrio orgánico”.

Efectivamente, las terapias naturales son parte de la medicina holística, y así se plantea que hay múltiples causas que se deben de tener en cuenta a la hora de diagnosticar y tratar, algunas de ellas son: la constitución del individuo, su estado de ánimo, sus hábitos alimenticios y la interrelación entre los diferentes sistemas. Se pone énfasis en la relación terapéutica con cada paciente. Es más que una diagnosis general y un tratamiento con una receta de hierbas o elementos naturales. Toma en cuenta la persona en su totalidad (cuerpo, mente y espíritu) incluyendo todos los aspectos de la vida diaria.

Se utilizan estrategias de prevención y métodos que ayudan al cuerpo a conseguir una curación natural utilizando las terapias apropiadas, tanto convencionales como remedios alternativos, siempre tomando en cuenta los riesgos y bene-

ficios según las investigaciones científicas. La medicina complementaria va a la par de la convencional y no posee interacciones que compliquen el proceso de curación, sino que se enriquece.

Se deben de cumplir una serie de consideraciones:

- El paciente debe ser estudiado desde un punto de vista global u holístico, que obliga a examinar al paciente y a su entorno, y a la influencia que de este recibe.
- El objeto de estudio y tratamiento no es la enfermedad sino el individuo.
- La terapia no admite la estandarización, cada paciente requiere una terapia adaptada e individualizada y en cada caso concreto.
- Las técnicas terapéuticas han de ser, por definición, no agresivas.

Desde la enfermería siempre se ha considerado al individuo como un “todo” al que administrar cuidados de una forma integral, abogando también por el trabajo en equipo para que, de una forma interdisciplinar, podamos ofrecer mejor calidad en la asistencia.

Para un enfermero terapeuta holístico, la solución no es quitar los síntomas, sino que va más allá: busca las múltiples causas que están ocasionando la enfermedad.

Actualmente, el 10% de los enfermeros españoles (más de 15.000) o, lo que es lo mismo, 1 de cada 10 emplea en su práctica profesional terapias naturales y complementarias en el cuidado que presta a la población.

La difusión de las terapias naturales es amplia y se extiende por todo el planeta.

En EEUU existen departamentos de investigación y cursos de medicinas complementarias en 27 universidades (Stanford, Harvard, Columbia) y el 22/11/1991 en el Congreso se crea una oficina de Medicinas Alternativas.

En distintos países existe una gran aplicación de terapias naturales, tales como: China (40%), India (65%), Chile (71%), Colombia (40%). Concretamente, en Chile existe una cátedra de Medicina Naturista (Universidad de las Condes, Santiago de Chile) y en la Universidad Viña del Mar se realiza la Diplomatura en Medicinas Complementarias y Terapias Alternativas.

En Venezuela reconocen en su Constitución, en el art. 122, a las terapias alternativas.

En la Unión Europea nos encontramos con los siguientes datos: Francia reconoce la acupuntura realizada por los médicos en 1950; en el Reino Unido cualquier persona puede practicar terapias naturales, reconociéndose la osteopatía en 1993 y la quiropráctica en 1994; en Alemania existe libertad para la práctica de medicinas complementarias desde 1873 y en 1939 aparece el Heilpraktiker; en los Países Bajos se le da la posibilidad de ejercerlas a los no médicos en 1993; por último, en España no está regulada.

En Cataluña están reguladas por el Decreto 31/2007, de 30 de enero, por el que se regulan las condiciones para el ejercicio de determinadas terapias naturales (DOGC núm. 4812-01/02/2007). El artículo 2 describe en su apartado 2.1: Las terapias naturales objeto de este decreto se definen de forma agrupada de la manera siguiente: criterio naturista, acupuntura y terapia tradicional china y terapias manuales y técnicas manuales.

Dada la necesidad de legislación en la Comisión de Medio Ambiente, Salud Pública y Protección del Consumidor de la Unión Europea se crea el Informe Lannoye sobre medicina no convencional. Este informe pide a la comisión que presente proyectos de propuestas legislativas para permitir a quienes practican medicinas alternativas que su ejercicio profesional sea reconocido en toda la Unión Europea y que se lleve a cabo un estudio exhaustivo sobre la seguridad de estos tratamientos.

Por parte de la enfermería podemos destacar la creación de ADEATA (Asociación de Diplomados de Enfermería, Acupuntadores y Terapias Alternativas). Creada en 1991 por enfermeros relacionados con el mundo de las terapias alternativas que llevaron sus inquietudes al Colegio Oficial de Enfermería de Alicante, pretendiendo la integración de estas terapias como una parcela más en la prestación de cuidados enfermeros y lo consiguieron.

Esta asociación está registrada en la Delegación Territorial de Trabajo con el nº 03/0733 desde el 7/8/1991, al amparo de la Ley 11/1985, de 2 de agosto.

Su objeto es, dentro de su ámbito de actuación, fomentar el desarrollo de los cuidados holísticos y naturales de salud dentro de la profesión enfermera, ofreciendo a la sociedad, paciente, cliente y comunidad, una opción complementaria en el cuidado cada vez más demandado.

Por otro lado, se ha celebrado el V Congreso Nacional de Enfermería en Terapias Naturales y Complementarias, en el que se anunció que se ha puesto en marcha el proyecto por el que se están normalizando las prácticas enfermeras en terapias naturales (Proyecto NIPE), que desarrolla el Instituto Superior de Investigación para la Calidad Sanitaria.

Algunas universidades ofrecen en su catálogo de actividades formativas asignaturas de Introducción a las Terapias alternativas/complementarias para los futuros profesionales de la Enfermería. A través de ella se quieren capacitar de algunas herramientas que pueden ser muy útiles para el enfermero en su práctica profesional (bien sea en el área hospitalaria, especializada, atención primaria, enfermería de empresa u otras).

Se imparte la enseñanza pregrado en Enfermería en: EUE Santa Madrona y Gimbernat (Bioenergía y tacto terapéutico, Reflejo terapia, Técnica metamórfica); Universidad de Almería (Técnicas alternativas en los cuidados de enfermería); Universidad de Huelva (Terapias alternativas); Universidad de Granada (Alternativas a los cuidados); Universidad de Jaén (Cuidados alternativos, Autorregulación energética y calidad de vida, Plantas medicinales. Principios activos y aplicaciones); Autónoma de Madrid. EUE Comunidad de Madrid (Terapias complementarias); Universidad de Alicante (Enfermería y terapias alternativas); Universidad de Castilla-La Mancha. EUE Cuenca (Fitoterapia); Universidad de Zaragoza (Enfermería Naturista).

También algunas instituciones públicas y Colegios de Enfermería españoles realizan cursos, grupos de trabajo y comisiones que orientan e imparten formación. Por ejemplo, en el Colegio Oficial de Enfermería de Guipúzcoa existe una Comisión de Cuidados Enfermeros Holístico-Naturales desde 1997, en 2002 se crea un Grupo de Trabajo en Cuidados Opcionales y en 2003 tiene su origen la Sociedad Española de Enfermería Holística y Naturista (SEEHNA).

MATERIAL Y MÉTODO

Las terapias naturales o medicina alternativa se apoya en la terapia holística, la cual responde a tres planos de atención: cuerpo, mente y espíritu.

- El cuerpo: comprende todos los órganos y sistemas que lo componen, se refiere a todas las partes físicas del ser humano. Este área se aborda a través de tratamientos a base de plantas, verduras y frutas, el ejercicio, la respiración, la hidroterapia, la geoterapia..., con el fin de alcanzar el bienestar del plano físico.
- La mente: comprende todas las emociones, actitudes y carácter ante la vida. Se busca que el individuo se libere de todas las tensiones y sentimientos que le producen la inestabilidad emocional, alcanzando así autoestima, autovaloración, seguridad y paz.

Existen distintas clasificaciones de terapias naturales. El Consejo General de Enfermería (CGE) acepta la clasificación que de ellas hace la AHNA (American Holistic Nurses Association) y la British Holistic Medical Association.

- Terapias físicas: actúan sobre el organismo facilitando que las bases celulares, estructurales y funcionales puedan aprovechar al máximo los recursos de que dispone cada órgano y así favorecer el proceso homeostático. Incluyen: quiromasaje, osteopatía, fitoterapia, dietética, aromaterapia, reflexología podal.
- Terapias energéticas: actúan sobre el sistema energético del organismo, ayudando a poner en funcionamiento todo lo que necesita a nivel físico, mental y energético. Incluyen: acupuntura, homeopatía, digitopuntura, tai-chí, terapias florales, tacto terapéutico, reiki.
- Terapias psicológicas: actúan potenciando, regulando y apoyando al sistema psicoemocional desde el asesoramiento, lo que aumenta la fortaleza del estado vital, que es esencial para el restablecimiento de toda función orgánica. Incluyen: psicoterapia, hipnoterapia, visualización, relajación, meditación, Yoga.

En los procesos urológicos se aplican terapias naturales, algunas de las más utilizadas son:

- Quiromasaje: se puede utilizar en los posoperatorios de las intervenciones quirúrgicas urológicas consiguiendo un incremento del drenaje de fluidos, colaborando en la desaparición de adherencias...
- Terapias florales y Fitoterapia: en patologías prostática, litiasica y del área sexual. Concretamente para la próstata se utiliza el té verde por sus propiedades antioxidantes y sus características antiinflamatorias; también poseen efectos antitumorales el jengibre, las semillas de calabaza y el polen. Se ha comprobado que la recomendación de ejercicio físico reduce los niveles de testosterona y otras hormonas que ayudan al crecimiento tumoral de la próstata. Además, el ejercicio potencia el sistema autoinmune y esto permite acabar con las células anormales antes que los tumores se desarrollen.

Todos sabemos que para los cálculos renales es necesario beber mucho líquido pero, además, ayudan a desgastar los cálculos los zumos de manzana, uva, arándanos y espárragos.

La maca se utiliza para potenciar el deseo sexual.

Están comercializados productos a base de arándanos de gran eficacia para las infecciones urinarias y productos para la próstata con *Pygeum africanum* y *Serena repens*.

- Tacto terapéutico: en los pre y posoperatorios ayudando a alcanzar un estado de bienestar que permite el autocontrol y disminuir los síntomas que se presenten.
- Visualización y relajación: aplicados en los pacientes con los diagnósticos enfermeros ansiedad, temor y dolor.
- Yoga: determinadas asanas (posturas yóguicas) favorecen el buen funcionamiento del aparato urinario.

La homeopatía, acupuntura y reflexología podal también se utilizan frecuentemente. Estas tres terapias naturales son terapias muy demandadas por los usuarios para todo tipo de patologías.

En la Unidad de Gestión Clínica de Urología del Hospital Universitario Puerta del Mar, la Enfermería aplica terapias naturales en su práctica diaria. Nuestras aportaciones, "Integración y responsabilidad ante este nuevo desafío", se traducen en las siguientes actuaciones enfermeras:

- Fitoterapia. Algunos pacientes, intervenidos de Ca vesical, en tratamiento quimioterápico con mitomicina intravesical presentan manifestaciones de una reacción adversa de dicho medicamento, presentando picor y descamación en las palmas de las manos y en los genitales, así como ciertas erupciones cutáneas. En estos casos recomendamos la aplicación de un preparado con aloe vera, rosa de mosqueta y aceite de argán. En unos 2-3 días, sin la necesidad de aplicar corticoides ni antihistamínicos, las lesiones y los síntomas mejoran y, en 7-10 días, desaparecen.
- Relajación y visualización. En los pacientes intervenidos de RTU de vejiga o próstata y en pacientes con hematuria, que precisen lavado vesical continuo, son frecuentes los espasmos vesicales, los cuales producen en el paciente mucho dolor y ansiedad. A estos pacientes les aplicamos técnicas de relajación y visualización, logrando disminuir la administración de analgesia y proporcionando a los pacientes y familiares gran satisfacción debido a la desaparición de la ansiedad y al autocontrol que lleva, en muchos casos, a la desaparición de los espasmos.

Al ser terapias de fácil y cómoda aplicación se pueden utilizar con cualquier paciente y en cualquier momento. Esto nos lleva a aplicarlas en todos los pacientes que al realizarle la valoración inicial observemos que sean susceptibles de ellas, sea cual sea su proceso urológico, se encuentren en la Unidad de Hospitalización o en el Hospital de Día.

- Tacto terapéutico/reiki. En el Hospital de Día Quirúrgico de Urología se utiliza el reiki para disminuir la ansiedad previa a la realización de determinadas pruebas diagnósticas. En las biopsias de próstata, el paciente acude con ansiedad, temor o nerviosismo debido a la vía de acceso para la toma de muestras (transrectal), el posible dolor y la incertidumbre del resultado emitido por anatomía patológica, con la consiguiente probabilidad de la existencia de un Ca de próstata. Ante todo esto, decidimos aplicar técnicas de relajación basadas en la respiración y una sesión corta de reiki (sesión corta por no disponer de mucho tiempo). Hemos obtenido resultados espectaculares: ausencia de reflejos vasovagales, sustitución del reiki

por lexatin oral, disminución y en muchos casos desaparición del nerviosismo, estado de bienestar del paciente que ayuda a la ejecución de la prueba y al propio autocontrol. Indirectamente, satisfacción del personal facultativo que nos anima a seguir practicando esta terapia natural, ya que le facilita su trabajo y observa la satisfacción del paciente.

Estamos trabajando en un estudio de investigación sobre este tema que nos gustaría presentaros en el congreso del año que viene.

También utilizamos esta terapia natural en las cistoscopias y dilataciones uretrales, y en todos los casos que lo creamos necesario.

RESULTADOS

- Las terapias naturales constituyen una herramienta que mejora y enriquece la práctica enfermera y le sirve para estar a la vanguardia. Todo esto aumenta la calidad asistencial y el índice de satisfacción del usuario/paciente.
- Cada vez más enfermeros acuden a las terapias alternativas para aliviar a sus pacientes; además, es un motivo de mayor demanda por parte de los usuarios, y del deseo de estos profesionales de dar un trato más integral y estrecho.
- Se consiguen beneficios para los afectados y se aumenta la satisfacción de los enfermeros tanto a nivel profesional como personal.
- Debido a la necesidad de formarse e informarse de los profesionales, tanto los Colegios de Enfermería como muchas Universidades españolas están proponiendo grupos de trabajo y cursos de formación adaptados para cada necesidad, pero que conllevan un objetivo común: la intención de incrementar la consciencia individual sobre este tipo de terapias y la de ofrecer más conocimientos para practicar nuestros cuidados.

DISCUSIÓN

- Existe poca reglamentación y legislación. En España solo están reguladas determinadas terapias naturales en Cataluña, por el Decreto 31/2007, de 30 de enero.
- Encontramos poca investigación sistemática sobre su seguridad y eficacia.
- Observamos ausencia de proveedores suficientemente formados y falta de planes adecuados de formación.

CONCLUSIONES

- Los enfermeros tienen en estas terapias herramientas muy útiles que pueden utilizar si se forman e instruyen en ellas.
- El paciente debe ser estudiado desde un punto de vista global u holístico, que examina al paciente y a su entorno y a la influencia que de este recibe.
- Estas terapias no admiten la estandarización, cada paciente requiere una terapia adaptada e individualizada

y en cada caso concreto, proporcionándole gran satisfacción.

- Se puede tratar al paciente como alternativa única y, en muchas ocasiones, complementando tratamientos médicos y/o quirúrgicos tradicionales.
- Los diagnósticos y tratamientos de los procesos urológicos se ven beneficiados con la aplicación de las distintas terapias naturales.
- Algunas instituciones públicas ofertan asistencia con terapias naturales y realizan cursos adaptados al trabajo diario y así queda reflejado el impacto que estas terapias están dejando en el sistema de prestación de cuidados.
- En la medida que la medicina alternativa se desarrolla va produciendo conocimiento, y en la medida que produce conocimiento se acerca más al camino de la ciencia.
- Si las terapias naturales se toman como un método terapéutico para alcanzar el bienestar físico, se irán validando sus postulados, verdaderamente eficaces y anulando a los que carecen de lógica, y están más de la mano de lo esotérico.
- Observamos repercusión en nuestro sistema sanitario: la población considera que los profesionales sanitarios (y principalmente los enfermeros) estamos capacitados para asesorarles sobre terapias naturales o para que las practiquemos.
- Las demandas de la población enfrentan a la Enfermería a un nuevo reto, a un nuevo desafío: la formación y posterior aplicación de nuestros conocimientos en medicina complementaria y terapias naturales. ▼

BIBLIOGRAFÍA

- Grupo de Terapias Complementarias. Los instrumentos complementarios de los cuidados enfermeros. Documento marco. Colegio Oficial de Enfermería de Barcelona. Barcelona 2004.
- Terapias Naturales y la Enfermería (1). Revista Enfermería Gaditana. Colegio Oficial de Enfermería de Cádiz.
- Las Terapias Naturales entran en escena en Enfermería. Revista Científica de Divulgación. Excelencia enfermera. División de Investigación.
- Medicina Holística, 2011. Dra. Zamira López.
- Medicina Alternativa, hacia un nuevo concepto de salud. Programa de Ciencias de la Educación/subprograma: Investigación de los Procesos Psicológicos del Aula/Cátedra: Filosofía de la Educación.
- Diario Oficial de la Generalitat de Cataluña, Decreto por el que se regulan las condiciones para el ejercicio de determinadas terapias naturales. 4812, 01-02-07.
- Programa de Diplomado en Medicina Complementaria y Terapias Alternativas, segunda versión. Universidad Viña del Mar, Chile.
- Medicina Alternativa. Wikipedia.
- OMS. Estrategia de la OMS sobre Medicina Tradicional 2002-2005. OMS 2002.
- Cuidados Enfermeros Holísticos-Naturales. Colegio Oficial de Enfermería de Guipúzcoa.
- Asociación de Diplomados en Enfermería, Acupuntores y Terapias Alternativas (ADEATA).