

Ejemplos más relevantes de revisiones sistemáticas (RS) y estudios con control aleatorizado (ECA) de algunas de las terapias naturales más utilizadas



FTN
FUNDACIÓN
TERAPIAS
NATURALES

Autor: Carles Fernández Jané
Investigador en Ciencias de la salud
Docente y terapeuta en Medicina Tradicional China y Fisioterapia

A continuación, se mencionan a modo de ejemplo algunos de las revisiones sistemáticas (RS) y estudios con control aleatorizado (ECA) más relevantes de algunas de las terapias naturales más utilizadas.

Naturopatía

Una de las principales limitaciones de la investigación en naturopatía es que ésta es una disciplina muy amplia y puede incluir el uso de múltiples terapias complementarias como la fitoterapia, homeopatía, estrategias nutricionales, masaje, ejercicio e incluso acupuntura.

Uno de los documentos que ofrece una visión global sobre la evidencia actual de la naturopatía como sistema global es la “scoping review” de Stephen P et al. publicada en 2019 (1). En este trabajo los autores realizaron una RS de los artículos sobre naturopatía en los que se hubiese estudiado la eficacia de dos o más técnicas naturopáticas. La revisión incluyó finalmente 33 publicaciones incluyendo estudios de cohortes (12 prospectivos y 8 retrospectivos), 11 estudios con control aleatorizado y 2 series de casos. Según los autores, la naturopatía es efectiva en el tratamiento de trastornos cardiovasculares, dolores musculoesqueléticos, diabetes tipo 2, síndrome de ovario poliquístico, depresión y ansiedad.

Otro trabajo similar, aunque un poco más antiguo, es la revisión de revisiones sistemáticas realizada por el Gobierno Australiano en 2015 (2). En este documento también se concluyó que existe evidencia que sugiere que la naturopatía es efectiva para mejorar la salud del paciente en afecciones crónicas como ansiedad, esclerosis múltiple, enfermedad cardiovascular y afecciones musculoesqueléticas. Este documento se encuentra actualmente en proceso de actualización para incorporar los últimos estudios publicados hasta la fecha (3).

Homeopatía

Aunque se suele decir que no existen ECAs sobre homeopatía con resultados que avalen su uso, lo cierto es que en los últimos años han aparecido diversos estudios que apuntan a su posible eficacia en diversas situaciones clínicas

Patologías respiratorias:

Un reciente ECA en el que participaron 154 pacientes pediátricos con infección de las vías aéreas superiores reportó mejorías significativas en el grupo que fue tratado con homeopatía respecto al grupo que recibió placebo (4).

En cuanto al tratamiento de la gripe, un estudio pragmático realizado por el Sistema Brasileño de Salud Pública, que incluyó 600 niños de entre 1 y 5 años, concluyó que el uso de la homeopatía podía minimizó el número de episodios sintomáticos de gripe e infección respiratoria aguda (5).

También se han observado resultados positivos en el tratamiento de la amigdalitis en un ECA multicéntrico internacional pragmático, en el que se incluyeron 256 participantes con amigdalitis recurrentes. En este estudio los participantes en los que se añadió un tratamiento homeopático al tratamiento convencional, se observó un mayor intervalo de tiempo entre episodios de amigdalitis, una reducción en su sintomatología y un menor uso de antibióticos respecto a los tratados solo con el tratamiento convencional (6).

Oncología:

En un estudio pragmático realizado por el departamento de medicina de la Universidad de Viena en el que se incluyeron 373 participantes, comparó el uso de la homeopatía como tratamiento complementario a la atención habitual respecto solo con la atención habitual. Los autores observaron una mejoría significativa del estado de salud global y el bienestar subjetivo de los pacientes con cáncer en los pacientes que recibieron homeopatía (7).

Depresión:

Un reciente ECA realizado en un hospital público en la Ciudad de México con doble ciego, comparó el efecto antidepressivo de la homeopatía, fluoxetina y el placebo en el tratamiento de mujeres con síndrome climatérico. El estudio incluyó una muestra de 133 participantes y concluyó que tanto los pacientes que recibieron homeopatía como fluoxetina obtuvieron mejorías significativas respecto al grupo placebo después de 6 semanas de tratamiento (8).

Encefalitis

Según un ECA en el que se incluyeron 612 pacientes pediátricos con encefalitis aguda, la utilización de homeopatía, como tratamiento adicional a la atención habitual, produjo una reducción la mortalidad de esta patología comparado con un grupo que recibió atención habitual y placebo (9).

Osteopatía

Dolor lumbar crónico

En el caso de dolor lumbar crónico, según una reciente revisión sistemática publicada en la revista "The Spine Journal", las técnicas osteopáticas pueden reducir intensidad del dolor y la discapacidad en comparación con otros tratamientos activos como el ejercicio (10). Estos resultados coinciden con las conclusiones de trabajos similares previos (11,12).

Además, la osteopatía también se considera eficaz y segura en el tratamiento del dolor lumbar y pélvico durante el embarazo y postparto (13). Los principales estudios que ejemplifican esta aplicación son el estudio PROMOTE, un estudio con control aleatorizado realizado en los EEUU y que incluyó una muestra de 400 mujeres embarazadas, y el estudio de Shwerla et al., realizado en Alemania con 80 mujeres (14).

Dolor lumbar agudo

La osteopatía también podría ser útil en el tratamiento del dolor lumbar agudo, según una revisión sistemática publicada en la revista "Jama", en la que se concluye que la manipulación vertebral puede ayudar a reducir el dolor y mejorar la funcionalidad (15).

Migraña

En un reciente ECA con 105 participantes realizado en Italia, se comparó el efecto de 8 sesiones de osteopatía en un periodo de 6 meses con un grupo de terapia simulada y otro de atención habitual. Los autores observaron una reducción significativa el dolor, la discapacidad y el uso de medicación en los pacientes que recibieron osteopatía respecto a los grupos control (16).

Pediatría:

En el ámbito de la pediatría, según la RS de Lanaro et al., que incluye 5 estudios y 1306 participantes, la osteopatía puede reducir los días de hospitalización y los costes de los bebés prematuros (17). Uno de los estudios más importantes en este ámbito es el ECA publicado por Cerritelli et al., un estudio multicéntrico con 695 recién nacidos (18). Estos resultados coinciden con otros trabajos similares como la RS de Bagagiolo et al. (19).

Patología respiratoria

Según el estudio MOPSE (Multicenter Osteopathic Pneumonia Study in the Elderly), un ECA multicéntrico con doble ciego que incluyó 387 participantes de 7 hospitales en EE. UU., la osteopatía podría reducir los días de hospitalización, uso de antibióticos y riesgo de insuficiencia respiratoria o muerte en pacientes mayores con neumonía comparado solo con la atención habitual (20).

Acupuntura

La evidencia de la acupuntura es muy extensa. El documento más reciente que ha analizado de manera global el nivel de evidencia de las diferentes indicaciones de la acupuntura es el “The Acupuncture Evidence Project”, una revisión comparativa de la literatura de 2016 (21), en el que se clasifican las diferentes indicaciones de la acupuntura en función de su nivel de evidencia. Según el documento, existen 8 condiciones con evidencia de efecto positivo y 38 con evidencia de potencial efecto positivo. Dentro de las indicaciones con mayor evidencia se incluyen diversas condiciones relacionadas con el dolor (dolor lumbar crónico, cefalea tensional y crónica, artrosis de rodilla, profilaxis de la migraña y dolor postoperatorio) además de la rinitis alérgica y las náuseas y vómitos post operatorios. Este trabajo ofrece una actualización del documento publicado por el departamento de asuntos de veteranos de EE. UU. en 2014 donde ya se concluía un efecto positivo de la acupuntura en cefaleas, dolor crónico y migrañas (22).

Para obtener información más detallada y actualizada se puede consultar el informe realizado por el Comité Científico del Observatorio de Acupuntura y Medicina Tradicional China.

Referencias

1. Myers SP, Vigar V. The State of the Evidence for Whole-System, Multi-Modality Naturopathic Medicine: A Systematic Scoping Review. *J Altern Complement Med.* 1 de febrero de 2019;25(2):141-68.
2. Health AGD of. The 2015 Review of the Australian Government Rebate on Private Health Insurance for Natural Therapies [Internet]. Australian Government Department of Health and Ageing; [citado 20 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/Content/phi-natural-therapies>
3. Health AGD of. Natural Therapies Review 2019-20 [Internet]. Australian Government Department of Health; [citado 20 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/Content/phi-natural-therapies-review>
4. Jacobs J, Taylor JA. A randomized controlled trial of a homeopathic syrup in the treatment of cold symptoms in young children. *Complement Ther Med.* diciembre de 2016;29:229-34.
5. Siqueira CM, Homsani F, da Veiga VF, Lyrio C, Mattos H, Passos SRL, et al. Homeopathic medicines for prevention of influenza and acute respiratory tract infections in children: blind, randomized, placebo-controlled clinical trial. *Homeopathy J Fac Homeopathy.* febrero de 2016;105(1):71-7.
6. Palm J, Kishchuk VV, Ulied À, Fernández JP, De Jaegere S, Jong MC, et al. Effectiveness of an add-on treatment with the homeopathic medication SilAto-5-90 in recurrent tonsillitis: An international, pragmatic, randomized, controlled clinical trial. *Complement Ther Clin Pract.* agosto de 2017;28:181-91.
7. Frass M, Friehs H, Thallinger C, Sohal NK, Marosi C, Muchitsch I, et al. Influence of adjunctive classical homeopathy on global health status and subjective wellbeing in cancer patients - A pragmatic randomized controlled trial. *Complement Ther Med.* junio de 2015;23(3):309-17.
8. Macías-Cortés EDC, Llanes-González L, Aguilar-Faisal L, Asbun-Bojalil J. Individualized homeopathic treatment and fluoxetine for moderate to severe depression in peri- and postmenopausal women (HOMDEP-MENOP study): a randomized, double-dummy, double-blind, placebo-controlled trial. *PLoS One.* 2015;10(3):e0118440.
9. Oberai P, Varanasi R, Padmanabhan M, Upadhyaya A, Singh S, Singh SP, et al. Effectiveness of Homeopathic Medicines as Add-on to Institutional Management Protocol for Acute Encephalitis Syndrome in Children: An Open-Label Randomized Placebo-Controlled Trial. *Homeopathy J Fac Homeopathy.* 2018;107(3):161-71.
10. Coulter ID, Crawford C, Hurwitz EL, Vernon H, Khorsan R, Suttorp Booth M, et al. Manipulation and mobilization for treating chronic low back pain: a systematic review and meta-analysis. *Spine J Off J North Am Spine Soc.* 2018;18(5):866-79.
11. Franke H, Franke J-D, Fryer G. Osteopathic manipulative treatment for nonspecific low back pain: a systematic review and meta-analysis. *BMC Musculoskelet Disord.* 30 de agosto de 2014;15:286.
12. Licciardone JC, Kearns CM, Minotti DE. Outcomes of osteopathic manual treatment for chronic low back pain according to baseline pain severity: results from the OSTEOPATHIC Trial. *Man Ther.* diciembre de 2013;18(6):533-40.
13. Franke H, Franke J-D, Belz S, Fryer G. Osteopathic manipulative treatment for low back and pelvic girdle pain during and after pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *J Bodyw Mov Ther.* octubre de 2017;21(4):752-62.
14. Schwerla F, Rother K, Rother D, Ruetz M, Resch K-L. Osteopathic Manipulative Therapy in Women With Postpartum Low Back Pain and Disability: A Pragmatic Randomized Controlled Trial. *J Am Osteopath Assoc.* julio de 2015;115(7):416-25.
15. Paige NM, Miake-Lye IM, Booth MS, Beroes JM, Mardian AS, Dougherty P, et al. Association of Spinal Manipulative Therapy With Clinical Benefit and Harm for Acute Low Back Pain: Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA.* 11 de abril de 2017;317(14):1451-60.
16. Cerritelli F, Ginevri L, Messi G, Caprari E, Di Vincenzo M, Renzetti C, et al. Clinical effectiveness of osteopathic treatment in chronic migraine: 3-Armed randomized controlled trial. *Complement Ther Med.* abril de 2015;23(2):149-56.

17. Lanaro D, Ruffini N, Manzotti A, Lista G. Osteopathic manipulative treatment showed reduction of length of stay and costs in preterm infants: A systematic review and meta-analysis. *Medicine (Baltimore)*. marzo de 2017;96(12):e6408.
18. Cerritelli F, Pizzolorusso G, Renzetti C, Cozzolino V, D’Orazio M, Lupacchini M, et al. A multicenter, randomized, controlled trial of osteopathic manipulative treatment on preterms. *PloS One*. 2015;10(5):e0127370.
19. Bagagiolo D, Didio A, Sbarbaro M, Priolo CG, Borro T, Farina D. Osteopathic Manipulative Treatment in Pediatric and Neonatal Patients and Disorders: Clinical Considerations and Updated Review of the Existing Literature. *Am J Perinatol*. 2016;33(11):1050-4.
20. Noll DR, Degenhardt BF, Morley TF, Blais FX, Hortos KA, Hensel K, et al. Efficacy of osteopathic manipulation as an adjunctive treatment for hospitalized patients with pneumonia: a randomized controlled trial. *Osteopath Med Prim Care*. 19 de marzo de 2010;4:2.
21. McDonald J, Janz Author) Stephe. The Acupuncture Evidence Project : A Comparative Literature Review [Internet]. Revised. Coorparoo : Australian Acupuncture & Chinese Medicine Association Ltd; 2016 [citado 28 de enero de 2019]. Disponible en: <https://trove.nla.gov.au/version/239330954>
22. Hempel S, Taylor SL, Solloway MR, Miake-Lye IM, Beroes JM, Shanman R, et al. Evidence Map of Acupuncture [Internet]. Washington (DC): Department of Veterans Affairs; 2014 [citado 28 de enero de 2019]. (VA Evidence-based Synthesis Program Reports). Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK185072/>