



ARTÍCULO REVISIÓN

Impacto de las técnicas de medicina natural y energética: evaluación de resultados de casos clínicos de Medicina Alternativa

Impact of natural and energy medicine techniques: outcome evaluation of Alternative Medicine clinical cases

Nathalia Melissa Simbaña-Cola¹✉ , María Ilusión Solís-Sánchez¹ , María José Albiño-Hernández¹ 

¹Universidad Regional Autónoma de los Andes. Ambato, Ecuador.

Recibido: 30 de diciembre de 2024

Aceptado: 31 de diciembre de 2024

Publicado: 01 de enero de 2025

Citar como: Simbaña-Cola NM, Solís-Sánchez MI, Albiño-Hernández MJ. Impacto de las técnicas de medicina natural y energética: evaluación de resultados de casos clínicos de Medicina Alternativa. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2024 [citado: fecha de acceso]; 28(S2): e6614. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/6614>

RESUMEN

Introducción: la medicina alternativa es una práctica que ha tenido un gran impacto como coadyuvante de la medicina convencional, al ser poco o casi nada invasiva. Ello ha permitido que sea usada en personas de cualquier edad con el fin de promover la curación, la revitalización y sanidad.

Objetivo: evaluar la efectividad de diversas terapias de medicina alternativa en el tratamiento de ciertas enfermedades.

Métodos: se realizó una revisión bibliográfica siguiendo las directrices PRISMA. Se buscaron estudios sobre medicina alternativa en bases de datos como PubMed, Scielo y Cochrane en diciembre de 2023 y enero de 2024. De 9113 resultados iniciales, se seleccionaron 43 trabajos relevantes para el análisis.

Resultados: los resultados fueron variados y beneficiosos dejando en evidencia la eficacia de las terapias y el potencial que tienen al ser usadas adecuadamente como un complemento de la terapia convencional, permitiendo recopilar la suficiente información para tener en cuenta una terapia basada en evidencia, y en conclusión se pudo constatar que tanto las terapias como la información recopilada pueden ayudar en la prevención y tratamiento de múltiples enfermedades.

Conclusiones: las terapias de medicina alternativa, accesibles y económicas, han mostrado beneficios históricos y actuales en la prevención y tratamiento de enfermedades. Reguladas globalmente, son preferidas por pacientes con limitaciones económicas. Los casos clínicos confirman su eficacia y valor terapéutico.

Palabras clave: Medicina Tradicional; Naturopatía; Practicantes de la Medicina Tradicional; Terapias Complementarias.

ABSTRACT

Introduction: alternative medicine is a practice that has had a great impact as an adjuvant to conventional medicine, as it is minimally or non-invasive. This has allowed it to be used in people of any age in order to promote healing, revitalization and health.

Objective: to evaluate the effectiveness of various alternative medicine therapies in the treatment of certain diseases.

Methods: a literature review was conducted following PRISMA guidelines. Databases such as PubMed, Scielo and Cochrane were searched for studies on alternative medicine in December 2023 and January 2024. From 9113 initial results, 43 relevant papers were selected for analysis. Results: the results were varied and beneficial, showing the efficacy of the therapies and the potential they have when used properly as a complement to conventional therapy, allowing the collection of sufficient information to take into account an evidence-based therapy, and in conclusion it could be seen that both the therapies and the information collected can help in the prevention and treatment of multiple diseases.

Conclusions: alternative medicine therapies, accessible and inexpensive, have shown historical and current benefits in the prevention and treatment of diseases. Globally regulated, they are preferred by patients with economic limitations. Clinical cases confirm their efficacy and therapeutic value.

Keywords: Traditional Medicine; Naturopathy; Traditional Medicine Practitioners; Complementary Therapies.

INTRODUCCIÓN

La medicina alternativa es una práctica complementaria a la medicina convencional, la cual ha tenido un gran impacto en el área de la salud debido a su fácil acceso y múltiples beneficios poco invasivos en los pacientes. Con el pasar del tiempo varios médicos-científicos se han centrado en la investigación de las diferentes terapias complementarias, ya que la medicina alternativa se basa en brindar un tratamiento de curativo o autocuración, centrado en tratar la sintomatología, con capacidad revitalizadora, regeneradora e incluso contribuye positivamente en el sistema inmune.⁽¹⁾

Actualmente, las enfermedades que atacan al ser humano tienen un sin número de sintomatologías y malestares las cuales afectan la calidad de vida de los pacientes, cada enfermedad inicia de forma agudas y posteriormente destruyen el cuerpo a tal punto de convertirse en patologías crónicas, con toda la capacidad de alterar la funcionalidad estructural, psicológica y social de un individuo. Se considera como una opción, el uso de la medicina

alternativa como un medio terapéutico para alinear el equilibrio físico, mental, emocional y espiritual de cada paciente.⁽²⁾

Su empleo está transformando la manera en que las personas abordan su salud y bienestar. Su integración en los sistemas de salud ha facilitado una colaboración más estrecha entre profesionales de diversas disciplinas, proporcionando una atención más integral a los pacientes. La investigación científica respalda su eficacia en áreas como el alivio del dolor, la reducción del estrés y la mejora del estado de ánimo. Además, el uso de tecnologías ha permitido la educación continua y el seguimiento remoto, mejorando el acceso y la eficacia de estos tratamientos. Estas técnicas promueven un enfoque más holístico y preventivo en la medicina moderna, ofreciendo opciones adicionales para la salud y el bienestar.^(3,4) Ante ello se realiza la presente investigación, la cual tuvo como objetivo evaluar la efectividad de diversas terapias de medicina alternativa en el tratamiento de ciertas enfermedades.

MÉTODOS

Para el desarrollo de la presente revisión bibliográfica se realizó un análisis de la literatura en temas del uso de terapias en medicina alternativa en la práctica médica. Para ello se siguieron las directrices PRISMA con el propósito de obtener una información real y transparente de este escrito.

En diciembre del año 2023 se inició la búsqueda de información usando términos como "alternative medicine" en bases de datos como PubMed, Scielo y Cochrane, se amplió la búsqueda al usar operadores booleanos AND y OR en los términos "alternative medicine" "clinical applications" "alternative and complementary medicines" "dissease" "alternative therapy" "clinical application" "tradicional medicine". En el mes de enero de 2024, para continuar con la búsqueda se aplicó filtros de búsqueda en los que se optó por revisiones sistemáticas de los últimos cinco años, la búsqueda fue la siguiente:(alternative and complementary medicines) OR (alternative complementary medicines) AND (dissease) OR (alternative therapy) OR (alternative therapies) AND (alternative clinical treatment) OR (clinical application) OR (clinical applications) OR (traditional medicine) OR (traditional medicines).

Se obtuvo un total de 9113 resultados, para lo cual se aplicó criterios de inclusión (ensayos, tesis, ensayos o revisiones bibliográficas publicadas en revistas médicas o universitarias, publicadas entre 2018 y 2024, en donde se incluyeran casos clínicos con aplicación clínica de esas modalidades terapéuticas) y exclusión (se excluyeron las investigaciones que no se desarrollaron en humanos), siendo considerados 60 trabajos, teniendo en cuenta su pertinencia y profundidad en el tema. Fueron eliminados 20, que presentaban resultados que no se alineaban con los objetivos de la presente investigación, conservándose en la etapa de análisis 43 trabajos (se agregaron en la etapa final tres trabajos luego de la revisión de manual de los 40 iniciales).

DESARROLLO

Se precisa en la tabla 1, la distribución de los estudios revisados en la presente investigación, detallándose las modalidades terapéuticas empleadas, los objetivos de la investigación, así como las estrategias terapéuticas adoptadas, y sus resultados.

Tabla 1. Distribución de los estudios analizados.

Fuente [Modalidad terapéutica]	Objetivo	Estrategia terapéutica	Resultados
Siewert et al.,(2022) [Homeopatía] ⁽³⁾	Determinar la eficacia del tratamiento farmacológico homeopático individual o estandarizado	Administración del fármaco homeopático llamado Galphimia glauca en pacientes con rinitis alérgica que cumplan criterios de inclusión y exclusión	Los resultados del uso de fármacos homeopáticos son mixtos, pero han logrado demostrar un perfil de seguridad de bajo riesgo, por lo que aún se deben realizar ensayos de observación
Frass et al.,(2020) [Homeopatía] ⁽⁴⁾	Determinar los efectos de la homeopatía en la calidad de vida y la supervivencia de pacientes con cáncer de pulmón no microcítico	Los pacientes fueron a centros ambulatorios cada 9 semanas. Este estudio a 150 pacientes, los cuales 98 de ellos recibieron remedios homeopáticos individuales doble ciego y 52 de ellos contaron con un control si tratamiento homeopático	La vida de las personas mejoró mucho en el grupo que usó homeopatía en comparación con los que tomaron placebo. Además, los que usaron homeopatía vivieron mucho más que los del grupo del placebo y el grupo de control
Mourão et al.,(2019) [Homeopatía] ⁽⁵⁾	Evaluar el efecto de la homeopatía en la salud bucal de los pacientes con DM 2 y gingivitis en conjunto del tratamiento dental no quirúrgico para la periodontitis crónica	40 pacientes tomaron medicamentos homeopáticos como: berberis 6CH, 2 tabletas (2 veces al día por 45 días), Mercurius solubilis, belladona, Hepar sulfur-6CH (2 tabletas, 3 veces al día por 15 días) y Pyrogenium bioterapico – 200 CH (dosis única semanal x 2 semanas)	Todos los pacientes que participaron en el estudio resultaron tener mejorías según las visitas de observación y estudios
Nayak et al.,(2022) [Homeopatía] ⁽⁶⁾	Investigar cómo la medicina homeopática afecta a estos indicadores de COVID 19 y la tormenta de citoquinas	Se recetaron medicamentos homeopáticos siendo adquiridos de una empresa India. Cada medicamento tenía un estándar para ingerir medicamentos según el gobierno. Constataba de 500 mg de azitromicina 1 vez al día, 40 mg de pantaprazol 1 vez al día, 500 mg de calcio 2 veces al día, 10 mg de montelukast/ 5 mg de levicetirizina 1 vez al día durante horas de sueño	Tratar a pacientes de COVID-19 con atención médica regular junto con un enfoque personalizado de homeopatía ha demostrado ser más efectivo para ayudarles a recuperarse más rápido
Pannek et al.,(2019) [Homeopatía] ⁽⁷⁾	Estudiar si la homeopatía tradicional puede ser útil para prevenir infecciones repetidas del tracto urinario en personas con lesiones en la médula espinal	Cada paciente e fue tratado por miedo de profilaxis estandarizada sola o en combinación con medicina homeopática los cuales se evaluaron durante un año aspectos importantes como calidad de vida general y específica y nivel de	El uso de tratamientos homeopáticos adicionales ayuda a reducir de manera notable las infecciones del tracto urinario en pacientes con lesiones medulares

		satisfacción con el tratamiento ofrecido	
Gyawali et al.,(2021) [Medicina Ayurveda] ⁽⁸⁾	Examinar la consistencia de la evidencia relacionada con la eficacia y la seguridad de las hierbas ayurvédicas en el tratamiento del hipercolesterolemia	Los preparados de estas hierbas ayurvédicas podrían ser usadas como terapias o como complemento a una atención no convencional	Se logró demostrar que las hierbas ayurvédicas, es decir, guggulu, ajo y comino negro, son seguras y efectivas para reducir los niveles altos de colesterol en un grado moderado
Rioux et al.,(2019) [Medicina Ayurveda] ⁽⁹⁾	Evaluar la factibilidad de una intervención que combina Ayurveda y Yoga para la pérdida de peso	Los participantes se reunieron con un profesional de la medicina ayurvédica seis veces durante el estudio, dos veces al mes. Siguieron pautas dietéticas individualizadas y participaron en clases de yoga terapéutico tres veces por semana, con recomendaciones para practicar en casa de dos a cuatro sesiones adicionales por semana	Durante el período de intervención de 3 meses, los participantes perdieron en promedio 3,5 kg, incrementándose a 5,6 kg y 5,9 kg a los 3 y 6 meses, respectivamente. Aquellos que perdieron el 3% de su peso corporal durante la intervención, también perdieron un 3% adicional durante el seguimiento
Sharma et al.,(2022) [Medicina Ayurveda] ⁽¹⁰⁾	Analizar la seguridad y efectividad preventiva del enfoque completo de Ayurveda y yoga, que incorpora la atención plena (CAY), como complemento a la atención estándar, en el contexto de los trabajadores de la salud (TS) frente al COVID-19	Los participantes del grupo de intervención recibieron un régimen complementario de CAY durante 12 semanas. Este régimen consistió en tomar samshamni vati y kalmegh vati dos veces al día después de las comidas. También participaron en sesiones de yoga diseñadas específicamente, que incluyeron prácticas de relajación y respiración, asanas, pranayama y técnicas de relajación profunda, dirigidas por terapeutas de yoga certificados. Las sesiones se realizaron virtualmente	La investigación arrojó un ensayo en donde la frecuencia de casos de COVID-19 y de infecciones respiratorias agudas (ILI, por sus siglas en inglés) fue menor en el grupo que recibió el tratamiento integral de Ayurveda y yoga (grupo CAY) en comparación con el grupo de control, aunque esta disparidad no alcanzó significación estadística
Kumar et al.,(2022) [Medicina Ayurveda] ⁽¹¹⁾	Analizar la seguridad y eficacia de la medicina ayurvedica en el tratamiento de la conjuntivitis	Casi en la totalidad de estudios se prescribieron gotas para los ojos descritas con ayurveda y medicamentos orales solo en 2 de los casos. Se prescribió un ciclo de tratamiento de dos semanas en conjuntivitis alérgica y una semana e conjuntivitis aguda	Este estudio dio un resultado en el cual intervenciones ayurvédicas a comparación de las no ayurvédicas se obtuvo un resultado positivo ante la reducción de los síntomas de la conjuntivitis

Esser et al.,(2021) [Medicina Ayurveda] ⁽¹²⁾	Evaluar la efectividad la medicina ayurvédica "Mohana Choorana" en los indicadores bioquímicos asociados a la diabetes tipo 2 en individuos con intolerancia a la glucosa, a través de la realización de un ensayo clínico cruzado aleatorizado y controlado con placebo	A lo largo del periodo de tratamiento de 4 semanas, los participantes ingirieron una cápsula del suplemento a base de hierbas o del placebo tres veces al día, antes de una comida. Las dos intervenciones fueron administradas a los sujetos de manera aleatoria, con un periodo de descanso de 4 semanas entre cada una	En conclusión, se debe tener precaución al utilizar este tipo de tratamientos a base de hierbas, sobre todo cuando son empleados por individuos que ya se encuentran en una situación de riesgo, como los participantes de nuestra población de estudio
Valera-Calero et al.,(2022) [Acupuntura] ⁽¹³⁾	Estudiar la efectividad de la punción seca y la acupuntura en pacientes que sufren de fibromialgia, en términos de alivio del dolor, mejora de la función y reducción de la discapacidad, tanto en el corto como en el largo plazo	Se incluyeron estudios que evaluaron la aplicación de punción seca y/o acupuntura en pacientes adultos con fibromialgia, considerando el manejo del dolor, la discapacidad, la función y/o la calidad de vida, publicados en los últimos 10 años en inglés, portugués o español. Se excluyeron estudios en animales, muestras cadavéricas, actas publicadas, resúmenes y estudios con menos de 30 sujetos	En conclusión, esta evidencia apoya el uso de la acupuntura como un tratamiento complementario efectivo junto con la medicación y el ejercicio para reducir la gravedad y los síntomas de la fibromialgia, lo que incluye el alivio del dolor, la mejora del sueño, la calidad de vida, la reducción de la depresión, la ansiedad y la fatiga
Zhao et al.,(2023) [Acupuntura] ⁽¹⁴⁾	Examinar la eficacia y seguridad del método de acupuntura en personas con depresión y ausencia de sueño en mujeres con depresión perimenopáusica y el insomnio comórbido	Fueron tomados 70 pacientes de manera aleatoria para la prueba de acupuntura real el cual se lo realizo por 17 sesiones por 8 semanas. Se trataron los puntos de piel con alcohol al 75% seguido de punciones con 14 agujas de acero inoxidable desechables	La acupuntura es segura y puede ayudar a mejorar problemas como el dolor crónico y la depresión, con resultados positivos en el corto y mediano plazo. Aún no está claro si el efecto antidepressivo de la acupuntura es específico o no específico
Zhang et al.,(2022) [Acupuntura] ⁽¹⁵⁾	Investigar la efectividad y seguridad de la acupuntura en el tratamiento del insomnio en individuos diagnosticados con cáncer	Se buscaron y recopilaron ensayos clínicos hasta noviembre de 2021 de diez bases de datos y dos plataformas de registro de ensayos. La calidad de los ensayos se evaluó utilizando la puntuación de Jadad y el riesgo de sesgo (2,0). Se realizó un metaanálisis utilizando el modelo de efectos aleatorios cuando los estudios incluidos	La acupuntura muestra un prometedor potencial en el manejo del insomnio asociado al cáncer en pacientes o supervivientes de esta enfermedad. Sin embargo, se requieren más investigaciones con diseños rigurosos y muestras más amplias para confirmar su eficacia y seguridad en el tratamiento del insomnio en personas diagnosticadas con cáncer, especialmente aquellos que experimentan

		mostraban una alta calidad metodológica	insomnio clínicamente relevante
Woo et al.,(2018) [Acupuntura] ⁽¹⁶⁾	Examinar la información actual acerca de la eficacia y seguridad de la acupuntura en el tratamiento de la dismenorrea primaria	En este estudio, se consideraron la acupuntura manual, la electro acupuntura, la acupuntura auricular y cualquier otra variante de acupuntura que implicara la inserción de agujas. Se excluyeron métodos como la farmacopuntura y la acupresión, así como otros tipos de acupuntura poco comunes en la práctica clínica coreana, como la acupuntura ocular y la acupuntura flotante	Los hallazgos de esta investigación indican que la acupuntura podría ser más eficaz en la reducción del dolor menstrual y los síntomas relacionados en comparación con la ausencia de tratamiento o el uso de antiinflamatorios no esteroides, y esta efectividad podría mantenerse durante un breve período de seguimiento
Comachio et al.,(2020) [Acupuntura] ⁽¹⁷⁾	Identificar la eficacia de la electroacupuntura y la acupuntura manual sobre el dolor y la discapacidad en pacientes con espalda baja crónica inespecífica	El grupo de acupuntura manual fue tratado con un total de 23 agujas distribuidas en varias partes del cuerpo. Cada paciente recibió acupuntura manual utilizando agujas desechables de acero inoxidable (0,20 mm × 15 mm, marca: DONG BANG, Asia Oriental), insertadas perpendicularmente en la piel a una profundidad de aproximadamente 0,5 cm durante un período de 40 minutos	En resumen, los hallazgos de este estudio indican que tanto la electroacupuntura como la acupuntura manual producen efectos comparables en la disminución del dolor, la discapacidad, la calidad de vida, la percepción global del efecto y la depresión en pacientes que sufren de dolor lumbar crónico
Holm et al.,(2021a) [Quiropráctica] ⁽¹⁸⁾	Evaluar el efecto de la atención quiropráctica sobre el cólico infantil.	La estrategia se utilizó de manera en que los pacientes tenían que registrarse en la sala de terapia a una cierta hora previamente agendada y someterse a la terapia por 15 minutos	Se observó una disminución en el llanto excesivo en el grupo que recibió atención quiropráctica en comparación con el grupo de control, pero esta reducción no alcanzó un nivel estadísticamente significativo después de realizar los ajustes necesarios
Holm et al.,(2021b) [Quiropráctica] ⁽¹⁹⁾	Encontrar factores que puedan alterar el efecto del tratamiento y que podrían afectar la eficacia de la atención quiropráctica para tratar el exceso de llanto en la infancia	Los menores tuvieron que asistir a una clínica quiropráctica 4 veces en un tiempo de 2 semanas. Entre las intervenciones se realizaron entrevistas a los padres de los infantes, observación de asimetrías, exámenes completos y tratamiento manual individual. Recibieron ejercicios generales como movimientos cíclicos de las piernas	Ninguno de los criterios o parámetros predeterminados funcionó para identificar a los bebés con cólicos que podrían beneficiarse más de la terapia manual. Sin embargo, se encontró que una mayor duración inicial de los llantos, una menor duración de los síntomas y una menor edad estaban relacionadas con una mayor mejora en la reducción de las horas de llanto

Kendall et al.,(2018) [Quiropráctica] ⁽²⁰⁾	Analizar la viabilidad de llevar a cabo un Ensayo Controlado Aleatorio con pleno poder, tomando en cuenta factores como la velocidad de reclutamiento, la adhesión a la intervención y la medición de los resultados, el entorno donde se desarrolla el estudio, la efectividad del enmascaramiento, los gastos involucrados y las potenciales reacciones adversas	Los pacientes se sometieron a procesos de manejo de la columna cervical y torácica mezclados de masajes, movilizaciones y ejercicios de rango de movimiento incluyendo manipulaciones asistidas por instrumentos durante 4 semanas	Cabe destacar que 24 pacientes fueron seleccionados para el estudio y solo 2 de los partícipes se perdieron en el proceso, consiguiente a ello se hicieron intervenciones quiroprácticas a 12 pacientes y a 10 de ellos se les realizaron intervenciones simuladas. 6 de los participantes presentaron daños leves como dolores de columna o dolores de cabeza
Bronfort et al.,(2022) [Quiropráctica] ⁽²¹⁾	Investigar la efectividad relativa de recibir atención quiropráctica exclusiva durante un período de 12 semanas en contraposición a un enfoque completo y multidisciplinario en individuos adultos que padecen dolor lumbar de duración subaguda y crónica	Los pacientes tomaron 12 semanas de asistencia médica quiropráctica monodisciplinaria o atención integral multidisciplinaria basada en equipos. Se usaron también compresas frías y calientes, masajes de tejidos blandos al igual de diferentes técnicas llevadas por profesionales en acupuntura, psicólogos, fisioterapeutas, masajistas y medios de atención primaria	Los integrantes del grupo atención integral multidisciplinaria demostraron una ligera inclinación hacia resultados más favorables en contraste con el grupo atención quiropráctica monodisciplinaria, aunque las disparidades entre los grupos fueron mínimas en cuanto a su alcance. Teniendo en cuenta los recursos necesarios para establecer de manera efectiva equipos interdisciplinarios de atención integral
Vining et al.,(2018) [Quiropráctica] ⁽²²⁾	Comparar los impactos de recibir tratamiento quiropráctico durante 4 semanas con un grupo de control en lista de espera, en relación a la fuerza muscular en individuos del servicio activo	Los pacientes se sometieron a un procedimiento quiropráctico durante 4 semanas. Se dividen en dos términos diferentes llamados de empuje y sin empuje que consta de un procedimiento de alta velocidad y baja amplitud	Se realizaron un conjunto de formularios en los cuales se les preguntaba el rango de dolor que siente después de cada sesión los cuales representaban entre distintos rangos de dolor y sea lumbar y de diferentes padecimientos yendo en un intervalo de dolor leve a un dolor muy alto. Con estas encuestas se concluyeron que los pacientes se sintieron mejor y pudieron rendir con sus actividades físicas de mejor manera
Kobayashi et al.,(2019) [Shiatsu] ⁽²³⁾	Examinar la efectividad del tratamiento de Shiatsu para el dolor crónico de espalda a través de la realización de un estudio aleatorio controlado	Los pacientes que sufrían de dolor lumbar recibieron una hora de terapia Shiatsu una vez a la semana por cuatro semanas continuo de atención estándar	La terapia Shiatsu y el tratamiento estándar para el dolor lumbar mejoraron la calidad de vida y algunos síntomas en un pequeño grupo de muestra

Lanza et al.,(2018) [Shiatsu] ⁽²⁴⁾	Valorar esta técnica sobre el estado de ánimo, la cognición y la capacidad de realizar actividades independientes en pacientes que participan en actividad física	Este examen se lo realizo a los pacientes con Alzheimer y depresión el cual se les atribuyeron a un "grupo activo" el cual se asignaban actividades de shiatsu incluyendo actividad física y un "grupo de control" el cual se atribuyeron actividades solo de actividad física, estas actividades se las realizaron una vez por semana durante diez meses	Se analizó que existieron mejoras en el grupo de mini examen del estado metal, actividad de la vida diaria y escala de depresión geriátrica. Sin embargo, al analizar las diferencias antes y después de las intervenciones, solo observamos una disminución estadísticamente significativa en la puntuación de la escala de depresión geriátrica dentro del grupo activo
Harorani et al.,(2021) [Shiatsu] ⁽²⁵⁾	Estudiar los efectos del masaje Shiatsu en la agitación de pacientes que están con ventilación mecánica	Se realizó una selección aleatoria de pacientes para el estudio, a cada uno de ellos se les asigno una intervención que constaba de tres periodos de masaje de cinco minutos con un descanso de al menos 2 minutos	El uso del masaje Shiatsu parece funcionar bien para calmar la agitación en pacientes que están siendo ventilados mecánicamente. Sin embargo, se requieren más investigaciones con más participantes y durante más tiempo para asegurar que estos resultados sean sólidos
Ardabili et al.,(2014) [Shiatsu] ⁽²⁶⁾	Examinar el efecto del Shiatsu en la intensidad del dolor en pacientes quemados	Este estudio estuvo efectuado por 120 partícipes quemados los cuales se dividieron en 4 grupos para masajes de manos, piernas, manos y piernas y los que no recibieron ningún masaje. Se realizaron sesiones de 20 minutos, mientras se efectuaba el masaje los pacientes cerraron sus ojos y se concentraron en el procedimiento	Según la información, aplicar Shiatsu en las manos y las piernas resultó útil para aliviar el dolor y podría ser una opción adicional junto con analgésicos para reducir la cantidad necesaria de medicación
Ingram et al.,(2005) [Shiatsu] ⁽²⁷⁾	Examinar cómo las técnicas de shiatsu, tal como son enseñadas por las parteras en los hospitales, afectan el avance del trabajo de parto y el parto después de la fecha prevista, con el objetivo de proporcionar información útil para la práctica clínica	66 mujeres con 40 semanas de gestación acudieron a una clínica hospitalaria para aprender técnicas de masaje partidas por una partera y masajes de Shiatsu, estos cursos y masajes se lo implementaron por al menos 6 días	Las mujeres que pasaron de la fecha prevista y usaron Shiatsu tenían muchas más posibilidades de experimentar un parto natural en comparación con las que no lo hicieron. De las que recibieron Shiatsu, un 17% más tuvieron un parto natural en comparación con las que no recibieron enseñanzas de Shiatsu
Tabatabaeichehr et al.,(2020) [Aromaterapia] ⁽²⁸⁾	Examinar la información que se dispone sobre el uso de la aromaterapia para aliviar el dolor y la ansiedad durante el parto	En la participación de este estudio se tuvo que llevar a cabo métodos de inhalación, masaje pediluvio, puntos e acupresión y compresas. Estas eran las maneras de	Los hallazgos de este estudio indican que la aromaterapia, usada como una opción adicional y alternativa, puede ser beneficiosa para reducir la ansiedad y el dolor experimentados por las madres durante el parto

		aromaterapia aplicadas en el estudio teniendo como principal esencia de estudio la lavanda	
Son et al.,(2019) [Aromaterapia] ⁽²⁹⁾	Investigar el efecto de la aromaterapia y musicoterapia en estudiantes de enfermería coreanos.	Se encerró a cada sujeto de estudio en un curto diferente para que no intervenga uno del otro el estudio, cada uno de ellos tuvo una terapia de 20 minutos en el cual el espacio contaba con una temperatura de 26-27 °C e iluminación media. Después de ello 3 expertos evaluaron las habilidades de cada sujeto en el ámbito de la enfermería	Se concluyó que enseñar aromaterapia junto con musicoterapia en la formación de enfermería puede ayudar a mejorar las habilidades básicas de enfermería y disminuir la ansiedad y el estrés en los estudiantes de esta disciplina.
Li et al.,(2022) [Aromaterapia] ⁽³⁰⁾	Evaluar el efecto sobre la ansiedad y la depresión de la aromaterapia.	La estrategia terapéutica se la realzo por medio de inhalación y masajes con aceites esenciales. Estas técnicas se las realizaban entre 10 a 20 minutos por 2 días a la semana	La aromaterapia ayudó a reducir la ansiedad en pacientes con cáncer, pero no tuvo impacto positivo en la depresión y el bienestar mental
Her et al.,(2021) [Aromaterapia] ⁽³¹⁾	Analizar investigaciones sobre aromaterapia y sueño para determinar los efectos de la aromaterapia en la calidad del sueño en adultos y ancianos	En diversos estudios revisados se señalaron que los procedimientos de aromaterapia que en su gran mayoría fueron con aceite de lavanda se les dio un tratamiento entre 10 a 30 minutos y en casos más graves una vez durante la noche	La aromaterapia ayuda a mejorar la calidad del sueño y a reducir el estrés, el dolor, la ansiedad, la depresión y la fatiga en adultos y personas mayores
Hines et al.,(2018) [Aromaterapia] ⁽³²⁾	Demostrar que la aromaterapia es tan efectiva y segura como los medicamentos habituales para prevenir y tratar las náuseas y vómitos en adultos y niños	Se realizó un proceso mediante varios métodos como inhalación directa, difusión, masaje o compresas, estos procesos vararon entre 2, 5 15 y 30 minutos	Esta conclusión se apoya en pruebas poco confiables, por lo que es bastante dudosa. Además, las pruebas poco confiables también indican que las personas que usaron aromaterapia podrían requerir menos medicamentos contra las náuseas, aunque esto también es incierto. Asimismo, las personas que usaron aromaterapia o medicamentos contra las náuseas pueden sentirse igualmente satisfechas con su tratamiento, según pruebas poco confiables
Rousseaux et al.,(2022) [Hipnosis] ⁽³³⁾	Evaluar cómo la hipnosis y la realidad virtual pueden ayudar a reducir la ansiedad y el dolor en pacientes antes y	Hipnosis: se realizaron sesiones de 20 minutos por paciente, más una sesión de hipnosis pregrabada.	No hubo diferencias importantes entre los grupos evaluados, no se deduce si una técnica es superior a la otra. Se necesitan más

	después de una cirugía cardíaca	Realidad virtual: sesiones de 20 minutos con un casco y gafas y un paisaje gráfico tridimensional	investigaciones para analizar los beneficios terapéuticos
Anlló et al.,(2020) [Hipnosis] ⁽³⁴⁾	Valorar si una sesión corta de hipnosis de 15 minutos puede reducir la ansiedad de manera inmediata en pacientes con enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) severa.	El estudio se efectuó en la habitación de cada paciente y cada sesión tuvo una duración de 15 minutos en un lapso de 24 horas	Después de una sesión de hipnosis de 15 minutos, los participantes experimentaron una disminución en su ansiedad y en su ritmo respiratorio y la reducción de la ansiedad por la disnea
Delestre et al.,(2022) [Hipnosis] ⁽³⁵⁾	Examinar cómo la hipnosis ericksoniana, junto con el aprendizaje de autohipnosis, afecta la capacidad de controlar la ingesta de alimentos en adultos con obesidad y altos niveles de desinhibición alimentaria, en comparación con la educación nutricional convencional	70 de los 82 participantes fueron los que recurrieron a todas sus sesiones en las cuales fueron parte de 8 talleres de educación nutricional al igual que 8 sesiones de hipnosis durante 8 meses	Para adultos con obesidad y dificultades para controlar su alimentación, la hipnosis y la autohipnosis pueden mejorar en gran medida cómo se relacionan con la comida, y también pueden ayudarles a perder peso de manera efectiva
Amraoui et al.,(2018) [Hipnosis] ⁽³⁶⁾	Examinar la efectividad de una sesión de hipnosis preoperatoria para disminuir el dolor mamario posoperatorio en pacientes expuestas a una cirugía menor de cáncer de mama	Este estudio se llevó a cabo con 150 mujeres que tenían ya una cita para una cirugía menor de cáncer de mama, cada una de ellas tuvo una sección de terapia de hipnosis de 15 minutos antes de aplicar la anestesia general	Los hallazgos de este estudio no muestran que la hipnosis ayude con el dolor después de una cirugía menor de cáncer de mama en mujeres. Aunque hay algunas mejoras en otros aspectos, esto necesita ser confirmado con más investigaciones
Fisch et al.,(2020) [Hipnosis] ⁽³⁷⁾	Analizar cómo un programa de terapia grupal utilizando hipnosis afecta a personas saludables que experimentan altos niveles de estrés percibido	Los pacientes fueron sometidos a 5 sesiones semanales de 2 horas durante de semanas esto con el fin de reducir el estrés	Este estudio mostro que los pacientes dieron como resultado mejorías en su lucha contra el estrés dando como resultado menos presión y una mejoría en su calidad de vida
Chen et al.,(2023) [Tai Chi] ⁽³⁸⁾	Evaluar si el tai chi chuan, es mejor que la caminata rápida para contribuir a la función mental en adultos mayores con diabetes tipo 2 y problemas cognitivos leves	Cada paciente acudía a un control por endocrinólogos por 30 minutos una vez cada 4 semanas durante un tiempo de 24 semanas. Al mismo tiempo se impartían procedimientos de tai chi por 1 hora 3 veces por semana	En un estudio con adultos mayores que tenían diabetes tipo 2 y problemas leves de memoria, el Tai Chi Chuan resultó ser más efectivo que caminar rápido para mejorar la función mental en general
Siu et al.,(2021) [Tai Chi] ⁽³⁹⁾	Comparar si el tai chi en ayuda a que los adultos mayores con	Los pacientes asistieron a una rutina de ejercicios durante 12	El proyecto tuvo como resultado que hacer ejercicio normal y practicar Tai Chi

	insomnio duermen mejor, con ejercitarse normalmente y con un grupo que no hace nada, registrando el movimiento	semanas que consistían en caminatas rápidas y ejercicios de fortalecimiento muscular. A la par asistieron a un programa de Tai Chi de 24 formas estilo yang de 12 semanas	ayudó a dormir mejor, y estos efectos positivos se notaron hasta después de 2 años, aunque las mejoras en la calidad del sueño fueron pequeñas
Palumbo et al.,(2012) [Tai Chi] ⁽⁴⁰⁾	Determinar el beneficio del Tai Chi en el trabajo puede ser una manera barata de hacer que las enfermeras mayores estén más saludables física y mentalmente, reducir su estrés laboral y aumentar su productividad	Las pacientes tuvieron que asistir a clases de tai chi 1 ve a la semana y que lo ejecutara 45 minutos, con 10 minutos de ejercicios de respiración, 30 minutos de práctica y 5 minutos de ejercicios de enfriamiento	Este estudio pequeño muestra que el Tai Chi es una opción de bienestar económica para mujeres trabajadoras mayores en el lugar de trabajo, lo que sugiere que debería ser probado en un grupo más grande para confirmar su efectividad
Leung et al.,(2019) [Tai Chi] ⁽⁴¹⁾	Evaluar si un programa de ejercicios de Tai Chi de 12 semanas es útil, bien recibido y tiene efectos positivos en la salud cardíaca y el metabolismo, así como en la calidad de vida de adultos chinos con síndrome metabólico	Los pacientes que fueron previamente elegidos para el estudio tuvieron que asistir a una clase de tai chi de 1 hora, 2 veces por semana, incluyendo la práctica de estos ejercicios en casa por 30 minutos 3 veces por semana	La intervención del estudio fue posible y aceptada por adultos chinos con síndrome metabólico. Aunque no tuvo suficiente poder para encontrar diferencias estadísticas significativas, se observaron cambios tanto positivos como negativos en algunos factores de riesgo cardíaco
Menglu et al.,(2021) [Tai Chi] ⁽⁴²⁾	Investigar cómo el Tai Chi afecta la función cognitiva y la condición física de las personas mayores que necesitan asistencia	Las pacientes se sometieron a un ejercicio de 3 sesiones de 60 minutos por semana durante 12 semanas. Se dio un entrenamiento de TC simplificado de 24 formas, teniendo sesiones de 5 minutos de calentamiento, 30 de ejercicio y 5 de enfriamiento	Estos resultados indicaron que después de entrenar en Tai Chi durante 3 meses, las personas mayores con deterioro cognitivo pueden experimentar mejoras en su capacidad intelectual y conservar su memoria de trabajo y flexibilidad mental
Chilanguad et al.,(2020) [Biodescodificación] ⁽⁴³⁾	Entender como el estrés afecta ciertas hormonas y como puede causar cambios en la estructura facial a través de la investigación científica	Se buscó en Google los términos "Descodificación biológica" y "Biological decoding", se obtuvieron más de 5.000 resultados para el primero y más de 50.000 para el segundo. No se encontraron referencias al buscar en SciELO, PubMed y SCOPUS	Se encontraron pruebas que sugieren que la teoría de la "Descodificación biológica" podría relacionarse con el estrés y los factores que lo desencadenan. Esto podría afectar el sistema nervioso y causar cambios en los huesos durante el crecimiento o la maduración ósea
Cossio (2022) [Biodescodificación] ⁽⁴⁴⁾	Analizar la información y casos de estudio reales	El estado se lo realizo por medio de videollamadas que	Según las entrevistas, los pacientes que han probado la terapia de biodescodificación

	para entender la relevancia de la terapia de biodescodificación como complemento en tratamientos	duraron 40 minutos en los cuales se encuestaba al paciente	han experimentado beneficios físicos y mentales. Todos ellos reportaron una reducción de síntomas y liberación emocional
Jacho (2023) [Holística] ⁽⁴⁵⁾	Entender cómo las comunidades indígenas en el callejón interandino de Ecuador aceptan y utilizan la medicina complementaria o alternativa	Se realizó una investigación cuantitativa mas no experimental en el cual se llevó a cabo por medio de una encuesta como instrumento de recolección de datos	Se entendió cuan importantes son las técnicas de medicina alternativa o complementaria, ya que, son una parte fundamental en la cultura de los habitantes de la comunidad Chambaongo

DISCUSIÓN

Acorde a la exhaustiva investigación de los tipos de terapia alternativa mediante la búsqueda de casos clínicos, se puede analizar que la Medicina Alternativa cuenta con múltiples beneficios en el tratamiento de enfermedades que puedan causar un dolor crónico, falta de sueño, trastornos de la memoria, enfermedades metabólicas y sobre todo contribuye al mantenimiento y recuperación de movimientos osteoarticulares en personas de la tercera edad, a pesar de que varias terapias aún se encuentran en investigación, después de realizar este análisis se pudo determinar que la medicina alternativa tiene más ventajas y efectos terapéuticos beneficiosos para la salud física y mental de los paciente y personas que deseen un mejor estilo de vida.^(2,46)

El análisis comparativo de diferentes casos clínicos arrojó resultados muy positivos en cuanto a la complementariedad que tiene este tipo de terapia en conjunto de un tratamiento convencional, los diferentes tipos de medicina alternativa han sido usados durante varios años, cada uno cuenta con un sistema y principios sólidos que podrían explicar la forma en la que contribuyen al tratamiento de una enfermedad. Se evaluaron los resultados favorables logrando destacar la importancia de la medicina alternativa como una terapia complementaria que tiene la capacidad de influir significativamente en trastornos articulares, musculares, emocionales y trastornos del sueño como el insomnio.

De acuerdo con la investigación de tres casos diferentes en el tema de acupuntura se han destacado tres casos específicos los cuales colaboran al alivio de pacientes que padecen de fibromialgia, depresión e insomnio y pacientes con cáncer el cual se destacan que estos procesos los cuales se utilizaron la punción seca y revisiones de ensayos clínicos se destaca la fiabilidad y recuperación dando resultados complacientes en los pacientes y demostrando el potencial que tiene este método de análisis.^(13,14,15)

Se han destacado dos investigaciones relacionadas al tema de del análisis de casos de quiropráctica que abordan los temas sobre los cólicos infantiles y mareos y dolor de cuello y dolor de cuello inespecíficos en personas mayores en los cuales destacan su importancia y eficacia siendo utilizados por poco o largo tiempo en los pacientes, a pesar de que los estudios han sido completamente diferentes se obtuvieron resultados beneficiosos.^(18,20)

En respecto al tema de la eficacia de la aromaterapia en pacientes con dolor y ansiedad del parto se necesitó realizar una investigación donde arrojaba análisis de los pacientes por medio de inhalación, masaje, pediluvio, puntos y acupresión y compresas en donde se arrojaron resultados positivos hacia los pacientes resultando ser una de las mejores opciones para el relajamiento de las pacientes que están en proceso de parto.⁽²⁸⁾

Referente al tema de aromaterapia par tratamiento de vómitos y mareos postoperatorios e hipnosis para el manejo de la ansiedad se obtienen resultados diferentes en los cuales en el caso de aromaterapia se da que no existen pruebas suficientes para que se recurra a este como un proceso de calidad y por otra parte en el caso de hipnosis no se tuvo un resultado muy variado entre los pacientes, a pesar de esto los pacientes destacaron estar satisfechos con los procesos dados.^(32,33)

Los resultados obtenidos de los temas de alteraciones craneofaciales y biodescodificación como complemento para el tratamiento de las enfermedades fueron beneficiosos y efectivos dando como efecto que la descodificación biológica se debe al estrés las cuales puede perjudicar al sistema nervioso, al igual en el tema de tratamiento de enfermedades se obtuvo una reducción evidente de síntomas.^(43,44)

Casos específicos como lo fueron el shiatsu para el dolor lumbar y Tai Chi para las mujeres dependientes de metanfetamina tuvieron resultados significativos y que lograron satisfacer padecimientos que tenían los pacientes en cada una de las ramas mencionadas en los cuales se mejoraron la calidad de vida de los pacientes. Por lo que se puede usar estas terapias como una ayuda a las medidas convencionales de tratamiento médicos para contribuir al alivio de las dolencias.^(23,42)

Mediante el análisis se pudo esclarecer los beneficios a corto y largo plazo que tienen las diferentes terapias, se destacó el uso de los diferentes principios activos que usa cada terapia, como es el caso de la homeopática la cual mediante preparados naturales logra prologar el tiempo de vida en pacientes oncológicos e incluso tratar enfermedades víricas como es el caso del Covid, la ayurveda por otro lado influye significativamente en el metabolismo ya que tiene la capacidad de disminuir el colesterol y disminución de peso, la acupuntura contribuye al tratamiento de dolores crónicos, la aromaterapia influye en el sistema nervioso central de los pacientes brindando efectos relajantes o sedativos, incluso la música y danza contribuyen a la disminución de estrés, aumento de movilidad y flexibilidad en adultos mayores.^(38,39)

CONCLUSIÓN

El análisis de la información sobre terapias de medicina alternativa ha mostrado su impacto significativo a lo largo de la historia, desde civilizaciones antiguas hasta hoy. Estas terapias, desarrolladas a partir de descubrimientos ancestrales, se han consolidado en la medicina complementaria debido a su accesibilidad, bajo costo y uso de elementos naturales. Son preferidas por pacientes con limitaciones económicas y condiciones que dificultan el acceso a tratamientos convencionales. La legislación global ha regulado su práctica, destacando su influencia mundial. Los casos clínicos analizados evidencian beneficios en la prevención y tratamiento de enfermedades, subrayando la capacidad del cuerpo humano de sanar con estas terapias. Se ha confirmado la eficacia de la medicina alternativa y su valor terapéutico a través de una revisión comparativa y la experiencia de profesionales médicos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Valeria Ruíz Aucatoma D. Use of alternative and complementary therapies for pain relief in adults and older adults. Salud ciencia tec[Internet]. 2022 [cited 21/03/2024]; 2(1). Available from: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenI.cgi?IDARTICULO=109123>
2. Rodríguez Lara H, Espinosa Aguilar A, Elers Mastrapa Y. Las terapias alternativas como solución al cuidado de problemas crónicos de salud. Rev Cubana Enfermer[Internet]. 2022[cited 21/03/2024]; 38(2). Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192022000200016
3. Siewert J, Teut M, Gaertner K, Binting S, Eberhardt C, Ortiz M, et al. Homeopathy for seasonal allergic rhinitis: rationale, design and methods of the three-armed randomized controlled HOMEOSAR trial. BMC Complement Med Ther [Internet]. 2022 Dec [cited 04/02/2024]; 22(1): 338. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12906-022-03820-w>
4. Frass M, Lechleitner P, Gründling C, Pirker C, Grasmuk-Siegl E, Domayer J, et al. Homeopathic Treatment as an Add-On Therapy May Improve Quality of Life and Prolong Survival in Patients with Non-Small Cell Lung Cancer: A Prospective, Randomized, Placebo-Controlled, Double-Blind, Three-Arm, Multicenter Study. Oncologist [Internet]. 2020 [cited 27/02/2024]; 25(12): e1930–55. Available from: <https://doi.org/10.1002/onco.13548>
5. Mourão L, Carillo R, Linares SM, Canabarro A, Fischer RG. Homeopathy and Periodontal Treatment in Type II Diabetic Patients: a 1-Year Randomized Clinical Trial. Braz Dent J [Internet]. 2019 [cited 27/02/2024]; 30(2): 139–45. Available from: <https://www.scielo.br/j/bdj/a/JMCzzBQh6yBhPC77q5pMtCz/?lang=en>
6. Nayak D, Gupta J, Chaudhary A, Singh KG, Deshmukh A, Das D, et al. Efficacy of individualized homeopathy as an adjunct to standard of care of COVID-19: A randomized, single-blind, placebo-controlled study. Complement Ther Clin Pract [Internet]. 2022 Aug [cited 27/02/2024]; 48: 101602. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2022.101602>
7. Pannek J, Pannek-Rademacher S, Jus MS, Wöllner J, Krebs J. Usefulness of classical homeopathy for the prophylaxis of recurrent urinary tract infections in individuals with chronic neurogenic lower urinary tract dysfunction. J Spinal Cord Med [Internet]. 2019 Jul [cited 27/02/2024]; 42(4): 453–59. Available from: <https://doi.org/10.1080/10790268.2018.1440692>
8. Gyawali D, Vohra R, Orme-Johnson D, Ramaratnam S, Schneider RH. A Systematic Review and Meta-Analysis of Ayurvedic Herbal Preparations for Hypercholesterolemia. Medicina [Internet]. 2021 May [cited 04/02/2024]; 57(6): 546. Available from: <https://www.mdpi.com/1648-9144/57/6/546/htm>
9. Rioux J, Howerter A. Outcomes from a Whole-Systems Ayurvedic Medicine and Yoga Therapy Treatment for Obesity Pilot Study. J Altern Complement Med [Internet]. 2019 Mar [cited 05/02/2024]; 25(S1): S124–37. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30870013/>
10. Sharma V, Khuntia BK, Soneja M, Huddar VG, Ramakrishnan S, Sharma P, et al. Efficacy of add-on Ayurveda and Yoga intervention in health care workers of tertiary care hospital during COVID-19: Randomized controlled trial. Complement Ther Clin Pract [Internet]. 2022 Aug [cited 06/02/2024]; 48: 101601. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2022.101601>

11. Kumar KV, Ahmad A, Srivastava AK, Namdev Kamble P, Sudhakar D, Makhija P, et al. Efficacy and Safety of Ayurveda interventions in the management of conjunctivitis: A systematic review and meta-analysis. *Complement Ther Clin Pract*[Internet]. 2022 May[citado 27/02/2024]; 47: 101568. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2022.101568>
12. Esser D, Matualatupauw J, De Vos RCH, Wehrens R, Van Der Stappen J, Van Der Meer I, et al. Ayurvedic Herbal Preparation Supplementation Does Not Improve Metabolic Health in Impaired Glucose Tolerance Subjects; Observations from a Randomised Placebo Controlled Trial. *Nutrients* [Internet]. 2021 Jan [cited 06/02/2024]; 13(1): 260. Available from: <https://doi.org/10.3390/nu13010260>
13. Valera-Calero JA, Fernández-de-las-Peñas C, Navarro-Santana MJ, Plaza-Manzano G. Efficacy of Dry Needling and Acupuncture in Patients with Fibromyalgia: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022 [cited 06/02/2024]; 19(16): 9904. Available from: <https://doi.org/10.3390/ijerph19169904>
14. Zhao FY, Zheng Z, Fu QQ, Conduit R, Xu H, Wang HR, et al. Acupuncture for comorbid depression and insomnia in perimenopause: A feasibility patient-assessor-blinded, randomized, and sham-controlled clinical trial. *Front Public Health* [Internet]. 2023 Feb [cited 27/02/2024]; 11: 1120567. Available from: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1120567>
15. Zhang J, Zhang Z, Huang S, Qiu X, Lao L, Huang Y, et al. Acupuncture for cancer-related insomnia: A systematic review and meta-analysis. *Phytomedicine*[Internet]. 2022 Jul[citado 27/02/2024]; 102: 154160. <https://doi.org/10.1016/j.phymed.2022.154160>
16. Woo HL, Ji HR, Pak YK, Lee H, Heo SJ, Lee JM, et al. The efficacy and safety of acupuncture in women with primary dysmenorrhea: A systematic review and meta-analysis. *Medicine* [Internet]. 2018 Jun [cited 20/02/2024]; 97(23) e11007. Available from: <https://doi.org/10.1097/md.00000000000011007>
17. Comachio J, Oliveira CC, Silva IFR, Magalhães MO, Marques AP. Effectiveness of Manual and Electrical Acupuncture for Chronic Non-specific Low Back Pain: A Randomized Controlled Trial. *J Acupunct Meridian Stud*[Internet]. 2020 Jun[citado 27/02/2024]; 13(3): 87–93. <https://doi.org/10.1016/j.jams.2020.03.064>
18. Holm LV, Jarbøl DE, Christensen HW, Søndergaard J, Hestbæk L. The effect of chiropractic care on infantile colic: results from a single-blind randomised controlled trial. *Chiropr Man Therap* [Internet]. 2021 [cited 21/02/2024]; 29(1): 15. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12998-021-00371-8>
19. Holm LV, Vach W, Jarbøl DE, Christensen HW, Søndergaard J, Hestbæk L. Identifying potential treatment effect modifiers of the effectiveness of chiropractic care to infants with colic through prespecified secondary analyses of a randomised controlled trial. *Chiropr Man Therap* [Internet]. 2021 Dec [cited 24/02/2024]; 29(1). Available from: <https://doi.org/10.1186/s12998-021-00373-6>
20. Kendall JC, French SD, Hartvigsen J, Azari MF. Chiropractic treatment including instrument-assisted manipulation for non-specific dizziness and neck pain in community-dwelling older people: a feasibility randomised sham-controlled trial. *Chiropr Man Therap* [Internet]. 2018 May [cited 23/02/2024]; 26(1). Available from: <https://doi.org/10.1186/s12998-018-0183-1>

21. Bronfort G, Maiers M, Schulz C, Leininger B, Westrom K, Angstman G, et al. Multidisciplinary integrative care versus chiropractic care for low back pain: a randomized clinical trial. *Chiropr Man Therap* [Internet]. 2022 Dec [cited 23/02/2024]; 30(1): 10. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12998-022-00419-3>
22. Vining R, Minkalis A, Long CR, Corber L, Franklin C, Gudavalli MR, et al. Assessment of chiropractic care on strength, balance, and endurance in active-duty U.S. military personnel with low back pain: a protocol for a randomized controlled trial. *Trials* [Internet]. 2018 Dec [cited 23/02/2024]; 19(1): 671. Available from: <https://doi.org/10.1186/s13063-018-3041-5>
23. Kobayashi D, Shimbo T, Hayashi H, Takahashi O. Shiatsu for chronic lower back pain: Randomized controlled study. *Complement Ther Med*[Internet]. 2019 Aug[citado 27/02/2024]; 45: 33–37. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.05.019>
24. Lanza G, Centonze SS, Destro G, Vella V, Bellomo M, Pennisi M, et al. Shiatsu as an adjuvant therapy for depression in patients with Alzheimer’s disease: A pilot study. *Complement Ther Med*[Internet]. 2018 Jun[citado 27/02/2024]; 38: 74–78. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.04.013>
25. Harorani M, Garshasbi M, Sediqi M, Farahani Z, Habibi D, Farahani M, et al. The effect of Shiatsu massage on agitation in mechanically ventilated patients: A randomized controlled trial. *Heart and Lung* [Internet]. 2021 [cited 2024 Feb 24]; 50(6): 893–897. Available from: <http://www.heartandlung.org/article/S0147956321002326/fulltext>
26. Ardabili FM, Purhajari S, Ghezeljeh TN, Haghani H. The Effect of Shiatsu Massage on Pain Reduction in Burn Patients. *World J Plast Surg* [Internet]. 2014 Jul [cited 24/02/2024]; 3(2): 115-118. Available from: <https://wjps.ir/article-1-109-fa.pdf>
27. Ingram J, Domagala C, Yates S. The effects of shiatsu on post-term pregnancy. *Complement Ther Med*[Internet]. 2005 Mar[citado 27/02/2024]; 13(1): 11–5. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2004.12.004>
28. Tabatabaeichehr M, Mortazavi H. The Effectiveness of Aromatherapy in the Management of Labor Pain and Anxiety: A Systematic Review. *Ethiop J Health Sci* [Internet]. 2020 May [cited 25/02/2024]; 30(3): 449-458. Available from: <https://doi.org/10.4314/ejhs.v30i3.16>
29. Son HK, So WY, Kim M. Effects of Aromatherapy Combined with Music Therapy on Anxiety, Stress, and Fundamental Nursing Skills in Nursing Students: A Randomized Controlled Trial. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2019 Nov [cited 25/02/2024]; 16(21): 4185. Available from: <https://doi.org/10.3390/ijerph16214185>
30. Li D, Li Y, Bai X, Wang M, Yan J, Cao Y. The Effects of Aromatherapy on Anxiety and Depression in People With Cancer: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Front Public Health* [Internet]. 2022 May [cited 25/02/2024]; 10: 853056. Available from: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.853056>
31. Her J, Cho MK. Effect of aromatherapy on sleep quality of adults and elderly people: A systematic literature review and meta-analysis. *Complement Ther Med*[Internet]. 2021 Aug[citado 27/02/2024]; 60: 102739. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102739>

32. Hines S, Steels E, Chang A, Gibbons K. Aromatherapy for treatment of postoperative nausea and vomiting. *Cochrane Database Syst Rev* [Internet]. 2018 Mar [cited 26/02/2024]; 2018(3): CD007598. Available from: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD007598.pub3>
33. Rousseaux F, Dardenne N, Massion PB, Ledoux D, Bicego A, Donneau AF, et al. Virtual reality and hypnosis for anxiety and pain management in intensive care units: A prospective randomised trial among cardiac surgery patients. *Eur J Anaesthesiol* [Internet]. 2022 Jan [cited 26/02/2024]; 39(1): 58-66. Available from: <https://doi.org/10.1097/eja.0000000000001633>
34. Anlló H, Herer B, Delignières A, Bocahu Y, Segundo I, Mach Alingrin V, et al. Hypnosis for the Management of Anxiety and Dyspnea in COPD: A Randomized, Sham-Controlled Crossover Trial. *Int J Chron Obstruct Pulmon Dis* [Internet]. 2020 [cited 26/02/2024]; 15: 2609-2620. Available from: <https://doi.org/10.2147/copd.s267019>
35. Delestre F, Lehericey G, Estellat C, Diallo MH, Hansel B, Giral P. Hypnosis reduces food impulsivity in patients with obesity and high levels of disinhibition: HYPNODIET randomized controlled clinical trial. *Am J Clin Nutr*[Internet]. 2022 Jun[citado 27/02/2024]; 115(6):1637–45. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqac046>
36. Amraoui J, Pouliquen C, Fraisse J, Dubourdieu J, Rey Dit Guzer S, Leclerc G, et al. Effects of a Hypnosis Session Before General Anesthesia on Postoperative Outcomes in Patients Who Underwent Minor Breast Cancer Surgery: The HYPNOSEIN Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open* [Internet]. 2018 Aug [cited 27/02/2024];1(4). Available from: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2018.1164>
37. Fisch S, Trivaković-Thiel S, Roll S, Keller T, Binting S, Cree M, et al. Group hypnosis for stress reduction and improved stress coping: a multicenter randomized controlled trial. *BMC Complement Med Ther* [Internet]. 2020 Nov [cited 27/02/2024]; 20(1): 344. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12906-020-03129-6>
38. Chen Y, Qin J, Tao L, Liu Z, Huang J, Liu W, et al. Effects of Tai Chi Chuan on Cognitive Function in Adults 60 Years or Older With Type 2 Diabetes and Mild Cognitive Impairment in China: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open* [Internet]. 2023 Apr [cited 27/02/2024]; 6(4): e237004. Available from: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.7004>
39. Siu PM, Yu AP, Tam BT, Chin EC, Yu DS, Chung KF, et al. Effects of Tai Chi or Exercise on Sleep in Older Adults With Insomnia: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open* [Internet]. 2021 Feb [cited 27/02/2024]; 4(2): e2037199. Available from: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.37199>
40. Palumbo MV, Wu G, Shaner-McRae H, Rambur B, McIntosh B. Tai Chi for Older Nurses: A Workplace Wellness Pilot Study. *Appl Nurs Res* [Internet]. 2012 Feb [cited 27/02/2024]; 25(1): 54-9 Available from: <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2010.01.002>
41. Leung LY ling, Chan AW kiu, Sit JW hung, Liu T, Taylor-Piliae RE. Tai Chi in Chinese adults with metabolic syndrome: A pilot randomized controlled trial. *Complement Ther Med*[Internet]. 2019[citado 27/02/2024]; 46: 54–61. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.07.008>

42. Menglu S, Ruiwen L, Suyong Y, Dong Z. Effects of Tai Chi on the Executive Function and Physical Fitness of Female Methamphetamine Dependents: A Randomized Controlled Trial. *Front Psychiatry* [Internet]. 2021 [cited 27/02/2024]; 12: 653229. Available from: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.653229>
43. Chilanguad N, Ríos NS, Ximena |, Daza Z, Lucía Rodríguez M, Carlos |, et al. La descodificación biológica y las alteraciones craneofaciales, una mirada desde las ciencias básicas. *Rev Estomatol*[Internet]. 2020[citado 27/02/2024]; 28(2): 17–22. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/01/1145695/v28n02a06.pdf>
44. Cossio Palacios TR. Biodescodificación como complemento para el tratamiento de las enfermedades en el Centro Sanasiente, Lima 2021. Universidad César Vallejo[Internet]; 2022[citado 27/02/2024]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/91256>
45. Jacho Yaguana JL. ACTITUDES HACIA LA SALUD HOLÍSTICA, COMPLEMENTARIA Y ALTERNATIVA. *Brazilian Journal of Health Review*[Internet]. 2023[citado 27/02/2024]; 6(1): 2771-2789. Disponible en: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/56970>
46. Ruíz Aucatoma DV, Rodríguez Gamboa MS. Uso de terapia alternativa y complementaria para el alivio del dolor en adultos y adultos mayores. *Salud, Ciencia Tecnología* [Internet]. 2022 [citado 27/02/2024]; 2:76. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/salcietec/sct-2022/sct221ai.pdf>