

TERAPIA ALTERNATIVA

Aportes de esta información han sido tomados de *The Arthritis Foundation's Guide to Alternative Therapies*.

En los últimos años, el interés en terapias de medicina alternativa ha aumentado considerablemente. Muchos aspectos relacionados con la artritis conllevan a las personas a buscar terapias alternativas.

Las personas con artritis deben ser cuidadosas en lo relacionado con las terapias alternativas. Asegúrese de tomar decisiones inteligentes. Muchos postulados no han sido comprobados, pueden ser peligrosos y cuestan cientos de dólares. Aun así se dice que las terapias alternativas proporcionan un sentido de auto-dirección y autocontrol. Hay más y más información disponible. Manténgase informado. Hable con su médico sobre la mejor forma de tratar su artritis.

La siguiente información le ayudará a estar más preparado a saber lo que necesita pensar antes de tratar una terapia alternativa.

DEFINICIONES

Alternativa: Alternativa simplemente significa “otra.”

Convencional: La medicina convencional, medicina alopática, ha sido conocida por un periodo de tiempo relativamente corto.

Tradicional: La medicina tradicional ha sido conocida por siglos (por ejemplo, la medicina China).

Complementaria: La medicina complementaria puede ser un mejor término que la terapia alternativa porque ésta sugiere un trabajo en conjunto con la medicina tradicional.

Holística: La medicina holística es también un término usado para referirse al tratamiento “total” de la persona – cuerpo, mente y emociones.



MEDICINA COMPLEMENTARIA: ¿QUÉ PUEDE Y QUE NO PUEDE HACER?

La medicina complementaria puede:

- Ayudarle a asumir un papel más activo en el cuidado de su salud.
- Mejorar algunos síntomas, especialmente dolores, espasmos, estrés, ansiedad y depresión.
- Mejorar su perspectiva, su actitud y la calidad de su vida.
- Trabajar con la medicina convencional, intensificando los efectos de los dos tratamientos y promoviendo bienestar.

La medicina complementaria no puede:

- Tratar enfermedades más severas.
- Reemplazar tratamientos médicos comprobados.
- “Curar” enfermedades crónicas (sin cura).

Para mayor información contacte al:
Programa de Artritis & Osteoporosis de Missouri
1-800-316-0935 o a la Arthritis Foundation:
1-800-283-7800

Esta publicación puede ser proporcionada en otros formatos como Braille, impresión con letras grandes, o audio casetes llamando al 1-800-316-0935. Los usuarios del servicio TDD pueden tener acceso al número telefónico anterior llamando al 1-800-735-2966.

**UN EMPLEADOR DE IGUALDAD DE ACCION
AFIRMATIVA DE OPORTUNIDADES**
Servicios proporcionados en bases no discriminatorias