



Madrid, febrero 2017

En ASACO estamos preocupadas por la corriente que está teniendo lugar, desde hace un tiempo, en contra de las mal llamadas “Terapias Alternativas”, en lugar de: **“Terapias Complementarias”**, como deberían llamarse.

Lo que más poderosamente ha llamado nuestra atención, ha sido la aseveración que hemos oído recientemente, de que el estado de ánimo de los pacientes no influye en el desarrollo de la enfermedad de manera positiva o negativa, según el caso. La opinión médica afirma que una actitud positiva fortalece nuestro sistema inmunológico; este hecho beneficia nuestra salud en todos los aspectos, incluida la mejora en el padecimiento de un cáncer. No se trata de estar encantados, sino de tener la serenidad y la fuerza necesarias para hacer frente a la enfermedad de forma que nos ayude a gestionarla y luchar contra ella. Tampoco se trata de culpabilizar a los pacientes, sino de hacer hincapié en la necesidad e importancia de su colaboración en la evolución de su enfermedad y, también, de que la población general conozca los enormes riesgos de enfermar que produce una situación de estrés mantenido en el tiempo y unos malos hábitos de vida. Los tratamientos psico-oncológicos están reconocidos mundialmente como coadyuvantes en los casos de cáncer y su finalidad no es otra que mantener y mejorar la salud mental del paciente; lo cual, prueba que nuestra mente juega un papel determinante al enfrentarse a la enfermedad. No se aplican únicamente en casos terminales para paliar el sufrimiento.

Otros aspectos tratados, como una alimentación sana y equilibrada y un estilo de vida saludable también son importantísimos para nuestra salud y nuestra recuperación de la misma. No hay más que ver el VI Foro contra el Cáncer, celebrado el día 2 de febrero en Madrid, para percatarse de la importancia de nuestro bienestar físico y emocional al afrontar estas enfermedades, [pincha aquí](#).

Las llamadas “Terapias Alternativas” por algunos, no se deberían presentar como tales, son **“Terapias Complementarias”**, como decíamos al principio. Sabemos que no son sustitutivas de las terapias farmacológicas, y ningún facultativo médico, de los muchos con los que tratamos a causa de nuestra labor, las presenta de esa forma. En cambio, es cierto que el hecho de utilizarlas, como apoyo y ayuda, consigue en muchos casos resultados muy positivos. No podemos olvidar que no existen enfermedades, sino enfermos, que cada persona y cada organismo son únicos y responden a los estímulos de forma diferente. El reiki, el yoga, la meditación y la oración (por citar algunas actividades que todos conocemos) pueden ser de gran beneficio si la persona que los practica se siente identificada con su esencia.

Para terminar, citamos una relación de estudios que evidencian la seriedad con que se tratan estos temas por parte de la sociedad científica:

[Depression as a Risk Factor for Cancer: Renewing a Debate on the Psychobiology of Disease | JNCI: Journal of the National Cancer Institute | Oxford Academic](#)



[Effects of a Yoga Program on Cortisol Rhythm and Mood States in Early Breast Cancer Patients Undergoing Adjuvant Radiotherapy: A Randomized Controlled Trial - Feb 03, 2009](#)

[INMUNOLOGÍA, ESTRÉS, DEPRESIÓN Y CÁNCER - ProQuest](#)

[Oncology Nursing Society | CJON](#)

[A randomised controlled single-blind trial of the effects of Reiki and positive imagery on well-being and salivary cortisol — ScienceDirect](#)

[Dispositional Optimism Predicts Survival Status 1 Year After Diagnosis in Head and Neck Cancer Patients: Journal of Clinical Oncology: Vol 21, No 3](#)

<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743516303991>

Nos preocupa que las prácticas que pueden ayudar a los pacientes y a sus allegados, sean desestimadas de forma tan arbitraria.

Quedamos a disposición de todos para aclarar más extensamente nuestras palabras.

Con nuestro cordial saludo,

Equipo ASACO

Charo Hierro, Presidenta

ASACO (Asociación de Afectados por Cáncer de Ovario y Ginecológico)

San Nicolás, 15 - 28013 Madrid - Teléfono: +34 91 563 18 01, +34 91 129 48 47