

DOI: 10.26820/reciamuc/4.(3).julio.2020.250-260

URL: <https://reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/520>

EDITORIAL: Saberes del Conocimiento

REVISTA: RECIAMUC

ISSN: 2588-0748

TIPO DE INVESTIGACIÓN: Artículo de Revisión

CÓDIGO UNESCO: 32 Ciencias Médicas

PAGINAS: 250-260

Alternativas de cuidado para evitar problemas de cáncer a la piel

Care alternatives to avoid skin cancer problems

Alternativas de cuidados para evitar problemas de câncer de pele

**Edmundo Humberto Aguilar Villacres¹; Karen Ximena Villacrés Segovia²;
Ginna Paola Hidalgo Montenegro³; Nube Beatriz Sanmartin Matute⁴**

RECIBIDO: 20/05/2020 **ACEPTADO:** 19/07/2020 **PUBLICADO:** 30/07/2020

1. Médico Cirujano; Médico residente en el Hospital General José María Velasco Ibarra; Tena-Napo, Ecuador; rinoset@hotmail.com;  <https://orcid.org/0000-0003-1637-2901>
2. Médico Cirujana; Médico Residente de servicio de unidad de cuidados Intensivos - Hospital Marco Vinicio Iza; Quito, Ecuador; ximena_villacres17@hotmail.com;  <https://orcid.org/0000-0003-2237-2254>
3. Doctora en Medicina General; Médico en funciones hospitalarios - Hospital Marco Vinicio Iza; Quito, Ecuador; paohid88@hotmail.com;  <https://orcid.org/0000-0003-0839-7439>
4. Licenciada en Enfermería; Mg. Gerencia en Salud para el Desarrollo Local; Docente en UTM; Portoviejo, Ecuador; nubepe-dagogia@hotmail.com;  <https://orcid.org/0000-0002-5713-2413>

CORRESPONDENCIA

Edmundo Humberto Aguilar Villacres
rinoset@hotmail.com

Tena-Napo, Ecuador

RESUMEN

El cáncer de piel es el tipo de cáncer más frecuente en todo el mundo. Es una enfermedad por la que se forman células malignas en los tejidos de la piel. En el ámbito de la medicina convencional, algunos centros de referencia mundial han incluido en sus carteras de servicios procedimientos no convencionales. No obstante, los limitados conocimientos de efectividad y seguridad de la mayoría de estos recursos, aunado a su probada o posible interacción con los tratamientos oncológicos convencionales, condicionan un esfuerzo plural y es motivo de investigación. El objetivo del presente estudio es plasmar las alternativas de cuidado (terapias de la medicina alternativa o complementaria y de la medicina tradicional) usadas con la finalidad de tratar los signos y síntomas del cáncer de piel, evitar sus complicaciones y la sintomatología de la terapia convencional. El diseño de investigación que se llevó a cabo es de tipo documental o bibliográfico. Dentro de las alternativas de cuidados para evitar problemas causados por el cáncer de piel, ya sean propios de sus signos o síntomas o efectos de las terapias convencionales, se encuentran las plantas medicinales, tales como la ortiga, la cúrcuma, la manzanilla y la caléndula. Asimismo, se utilizan otras alternativas tales como la acupuntura, el yoga, masajes, hipnosis, ejercicios, aromaterapia, entre los principales. Se concluye que, las terapias alternativas no deben, ni pueden reemplazar la terapia convencional para el tratamiento del cáncer de piel, ni de ningún tipo de cáncer. Quienes recurran a las alternativas de cuidado deben informarlo previamente al médico tratante, de manera que este le ayude a considerar los beneficios y riesgos, ya que ocultar el uso de estas prácticas puede ser perjudicial para la evolución del paciente.

Palabras clave: Alternativas, Cuidado, Complicaciones, Cáncer, Piel.

ABSTRACT

Skin cancer is the most common type of cancer in the world. It is a disease in which malignant cells form in the tissues of the skin. In the field of conventional medicine, some world reference centers have included unconventional procedures in their service portfolios. However, the limited knowledge of efficacy and safety of most resources, together with their probability of interaction with conventional cancer treatments, conditions a plural effort and is a reason for research. The objective of this study is to capture the care alternatives (alternative or complementary medicine therapies and traditional medicine) used in order to treat the signs and symptoms of skin cancer, avoid its complications and the symptoms of conventional therapy. The research design that was carried out is documentary or bibliographic. Among the care alternatives to avoid problems caused by skin cancer, whether related to its signs or symptoms or the effects of conventional therapies, are medicinal plants, such as nettle, turmeric, chamomile and calendula. Likewise, other alternatives such as acupuncture, yoga, massage, hypnosis, exercises, aromatherapy, among the main ones, are used. It is concluded that alternative therapies should not and cannot replace conventional therapy for the treatment of skin cancer, or of any type of cancer. Those who resort to alternative care should inform the treating physician in advance, so that he or she helps him consider the benefits and risks, since hiding the use of these practices can be detrimental to the patient's evolution.

Keywords: Alternatives, Care, Complications, Cancer, Skin.

RESUMO

O câncer de pele é o tipo de câncer mais comum no mundo. É uma doença em que células malignas se formam nos tecidos da pele. No campo da medicina convencional, alguns centros de referência mundial incluem procedimentos não convencionais em suas carteiras de serviços. No entanto, o conhecimento limitado da eficácia e segurança da maioria dos recursos, juntamente com sua probabilidade de interação com os tratamentos convencionais do câncer, condiciona um esforço plural e é motivo para pesquisas. O objetivo deste estudo é captar as alternativas de cuidados (terapias de medicina alternativa ou complementar e medicina tradicional) utilizadas para tratar os sinais e sintomas do câncer de pele, evitar suas complicações e os sintomas da terapia convencional. O desenho de pesquisa realizado é documental ou bibliográfico. Entre as alternativas de cuidados para evitar os agravos causados pelo câncer de pele, sejam relacionados aos seus sinais ou sintomas ou aos efeitos das terapias convencionais, estão as plantas medicinais, como urtiga, cúrcuma, camomila e calêndula. Da mesma forma, outras alternativas como acupuntura, ioga, massagem, hipnose, exercícios, aromaterapia, entre as principais, são utilizadas. Conclui-se que as terapias alternativas não devem e não podem substituir a terapia convencional para o tratamento do câncer de pele ou de qualquer tipo de câncer. Quem recorre a cuidados alternativos deve informar com antecedência o médico assistente, para que o ajude a considerar os benefícios e os riscos, pois ocultar o uso dessas práticas pode prejudicar a evolução do paciente.

Palavras-chave: Alternativas, cuidados, complicações, câncer, pele.

Introducción

El cáncer es uno de los problemas de salud más grande del mundo. “Es la segunda causa de muerte en el mundo; en 2015, ocasionó 8,8 millones de defunciones. Casi una de cada seis defunciones en el mundo se debe a esta enfermedad”. (Organización Mundial de la Salud, 2018)

El cáncer de piel es el tipo más frecuente en todo el mundo. Es una enfermedad por la que se forman células malignas (cancerosas) en los tejidos de la piel. La piel es el órgano más grande del cuerpo que lo protege contra el calor, la luz solar, las lesiones y las infecciones. Asimismo, ayuda a controlar la temperatura y almacena agua, grasa y vitamina D. La piel está compuesta por varias capas (ver Figura 1), sus dos capas principales son la epidermis (capa superfi-

cial o externa) y la dermis (capa profunda o interna). El cáncer de piel comienza en la epidermis, que se compone de tres tipos de células:

- Células escamosas: células delgadas y planas que forman la capa superficial de la epidermis.
- Células basales: células redondas ubicadas debajo de las células escamosas.
- Melanocitos: células que producen melanina y se encuentran en la parte profunda de la epidermis. La melanina es el pigmento que le da el color natural a la piel. Cuando la piel se expone al sol, los melanocitos producen más pigmento y oscurecen la piel. (Instituto Nacional del Cáncer de los Estados Unidos, 2020)

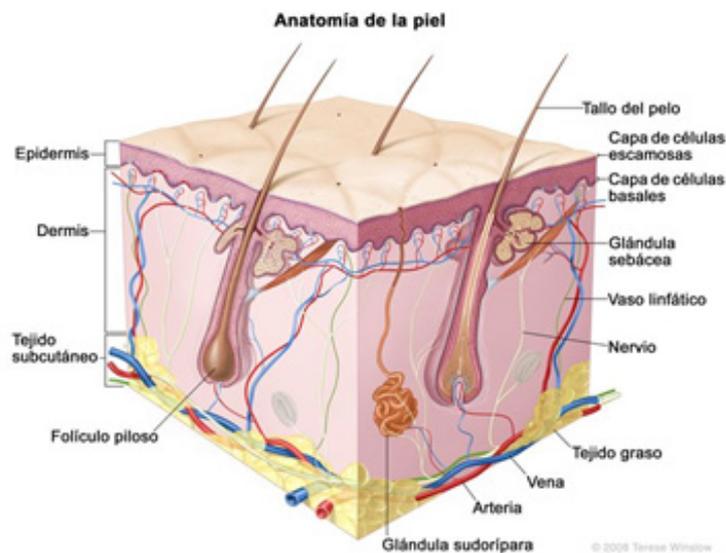


Figura 1. Anatomía de la piel. Se observa la epidermis (incluso la capa de células escamosas y la capa de células basales), la dermis, el tejido subcutáneo y otras partes de la piel.

Fuente: "Cáncer de Piel". Instituto Nacional del Cáncer de los Estados Unidos. (2020). Recuperado de: <https://www.cancer.gov/espanol/tipos/piel/paciente/tratamiento-piel-pdq>

El cáncer de piel suele aparecer en áreas expuestas a la luz solar, por lo cual, su incidencia es mayor en las personas que trabajan al aire libre, deportistas y quienes gustan de tomar sol, y es inversamente pro-

porcional a la cantidad de pigmentación melánica de la piel; los individuos de piel clara son los más susceptibles. Los cánceres cutáneos también pueden desarrollarse después de años de tratamiento con rayos

X o de exposición a cancerígenos. Las formas más frecuentes cáncer de piel son:

- Carcinoma basocelular (alrededor de 80%)
- Carcinoma espinocelular (alrededor de 16%)
- Melanoma (alrededor del 4%)

Las formas menos frecuentes del cáncer de piel son:

- Enfermedad de Paget del pezón o Paget extramamaria (generalmente cerca del ano)
- Sarcoma de Kaposi
- Carcinoma de células de Merkel
- Fibroxantomas atípicos
- Tumores de los anexos
- linfoma cutáneo de células T (micosis fungoide). (Wells, 2019)

Según la OMS el cáncer de piel se encuentra entre los cinco tipos de cáncer más comunes en el mundo, con un total aproximado de 1,04 millones de casos del total de casos a nivel mundial, sin embargo, no se encuentra entre los cinco tipos de cáncer más mortales. (CNN Español, 2020)

Los dos tipos de cáncer de piel más comunes, el carcinoma basocelular y el carcinoma espinocelular, tienen altas probabilidades de curación, pero pueden causar desfiguración y ser costosos para tratar. El melanoma, el tercer tipo de cáncer de piel más común, es más peligroso y causa la mayor cantidad de las muertes. (Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos, 2020)

El melanoma conforma solo el 1% de los casos de cáncer de piel, pero causa la gran mayoría de las muertes por este tipo de cáncer. Para el año 2020, los cálculos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer para este cáncer en los Estados Unidos son:

- Se diagnosticarán aproximadamente 100,350 nuevos casos de melanoma (alrededor de 60,190 en hombres y 40,160 en mujeres).
- Se calcula que morirán aproximadamente 6,850 personas (4,610 hombres y 2,240 mujeres) a causa de melanoma.
- Las tasas de melanoma han aumentado rápidamente en las últimas décadas, pero esto ha variado según la edad. (Sociedad Americana Contra El Cáncer, 2019)

Loli et al. (2018) refiere que “el diagnóstico y tratamiento de cáncer..., ...suele ser un evento estresante, con consecuencias profundas que se manifiestan en todos los aspectos de la vida humana”. La quimioterapia y la radioterapia son los tratamientos más para la cura o detención de la enfermedad, aumentando así la sobrevida, o con la finalidad de mejorar la calidad de vida del paciente. Los pacientes con cáncer no utilizan solamente el tratamiento convencional indicado por el médico, sino que también, en la mayoría de las veces, procuran otros tipos de terapias complementarias o alternativas. En el ámbito de la medicina convencional, específicamente de la oncología médica, algunos centros de referencia mundial han incluido en sus carteras de servicios procedimientos no convencionales. No obstante, los limitados conocimientos de efectividad y seguridad de la mayoría de estos recursos, aunado a su probada o posible interacción con los tratamientos oncológicos convencionales, condicionan un esfuerzo plural y además de ser motivo de investigación. (p. 43)

La atención médica convencional es la medicina practicada por quienes tienen título de doctores en medicina (M.D.) o doctores (O.D.) en medicina osteopática. También la practican otros profesionales médicos como fisioterapeutas, asistentes médicos, psicólogos y enfermeras tituladas. La medicina convencional puede llamarse también

medicina alopática, occidental, ortodoxa, regular y biomedicina. (Intituto Nacional del Cáncer de los Estados Unidos, 2015)

Por otra parte, la medicina tradicional se define como aquellos “conocimientos, capacidades y prácticas basados en las teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas, bien sean explicables o no, utilizadas para mantener la salud y prevenir, diagnosticar, mejorar o tratar enfermedades físicas y mentales”. Por último, la medicina complementaria, también llamada alternativa, es aquella que se refiere a “un amplio conjunto de prácticas de atención de salud que no forman parte de la tradición ni de la medicina convencional de un país dado ni están totalmente integradas en el sistema de salud predominante. Es importante destacar que, en algunos países, esos términos se utilizan indistintamente para referirse a la medicina tradicional. En su estrategia, la OMS recomienda:

- Aprovechar “la contribución potencial de la medicina tradicional junto a la complementaria (MTC) a la salud, el bienestar y la atención de salud centrada en las personas”.
- Promover “la utilización segura y eficaz de la MTC a través de la reglamentación y la investigación”.
- Incorporar “productos, profesionales y prácticas en los sistemas de salud”.

Asimismo, considera que “las prácticas de MTC incluyen medicamentos terapéuticos y tratamientos de salud basados en procedimientos, por ejemplo, a base de hierbas, naturopatía, acupuntura y terapias manuales tales como la quiropráctica, la osteopatía y otras técnicas afines, incluidos qi gong, tai chi, yoga, medicina termal y otras terapias físicas, mentales, espirituales y psicofísicas”. (Organización Mundial de la Salud, 2013)

El presente estudio tiene como objetivo general plasmar las alternativas de cuidado

(terapias de la medicina alternativa o complementaria y de la medicina tradicional) usadas con la finalidad de tratar los signos y síntomas del cáncer de piel, evitar sus complicaciones y la sintomatología de la terapia convencional.

Materiales y Métodos

El presente estudio se encuentra basado en una revisión documental bibliográfica y recopilación de información, la cual se obtuvo de fuentes digitales, especialmente de investigaciones publicadas por expertos en la materia, profesionales de la salud afines al tema de alternativas de cuidado en el cáncer de piel y extractos de fuentes oficiales tales como la Organización Mundial de la Salud, Sociedad Americana de Oncología Clínica, Centros para la Prevención y el Control de Enfermedades de los Estados Unidos, Instituto Nacional del Cáncer de los Estados Unidos, Sociedad Americana Contra el Cáncer de los Estados Unidos, entre los principales.

En tal sentido, se define la revisión documental como “el proceso dinámico que consiste esencialmente en la recogida, clasificación, recuperación y distribución de la información”. (A Latorre, D Rincón, J Arnal, 2003).

Las bases de datos utilizadas para la localización del material fueron las siguientes: Medigraphic, SciELO, Dialnet, MedlinePlus, Manuales MSD, entre otras. El principal recurso material para desarrollar la investigación fueron computadoras personales con conexión a internet.

Los descriptores de búsqueda utilizados para ubicar el material fueron: “cáncer”, “cáncer de piel”, “medicina alternativa para el cáncer de piel” y “alternativas de cuidado para la prevención de complicaciones en el cáncer de piel”; asimismo, se utilizaron filtros para la selección del material a revisar bajo los criterios de idioma del contenido (español) y rango de fecha de publicación (preferiblemente en los últimos siete años).

Resultado

Alternativas de cuidados más comunes para tratar el cáncer de piel o evitar sus complicaciones

Cada vez es más frecuente, en todo el mundo, que los pacientes con cáncer y, en especial con cáncer de piel, recurran a la medicina alternativa, que incluye el uso plantas medicinales, con la finalidad de tratar su enfermedad o las secuelas del tratamiento convencional. No obstante, la mayoría de estos tipos de medicina alternativa no han sido respaldados por estudios científicos minuciosos. En virtud de lo cual, es poco lo que se sabe acerca de la efectividad de estas alternativas de cuidado en el tratamiento del cáncer de piel y de otros tipos de cáncer.

La investigación muestra que algunas terapias complementarias son seguras y efectivas cuando se usan con el tratamiento estándar del cáncer. Las terapias complementarias pueden ayudar a las personas a sobrellevar los efectos secundarios de la cirugía, la radioterapia, la quimioterapia y otros tratamientos. Es importante destacar que estas terapias alternativas son métodos refutados o no estudiados que no tratan el cáncer e incluso, pueden ser perjudiciales. (Sociedad Americana de Oncología Clínica - ASCO, 2018)

La medicina tradicional a lo largo del tiempo ha sido usada en todos los rincones del mundo con la finalidad de tratar múltiples enfermedades. Este tipo de medicina ha pasado de generación en generación y forma parte importante de la cultura de los pueblos. Uno de los métodos más tradicionales y usados con frecuencia en todo el mundo es la medicina herbaria. En el tratamiento del cáncer de piel es ampliamente usada y aunque no se encuentra respaldada por la ciencia existen algunos estudios que han probado sus efectos curativos. En el tratamiento del cáncer de piel la medicina tradicional china, es usada para atenuar los

efectos negativos de los tratamientos convencionales, tales como la quimioterapia y la radioterapia.

Como ya se ha dicho, la medicina herbaria ha sido ampliamente usada para el cáncer de piel, atribuyéndosele a ciertas plantas propiedades curativas y preventivas, además del tratamiento de los efectos negativos de las terapias convencionales. Algunas de estas plantas se mencionan a continuación:

La Ortiga

En Turquía, hallaron que las terapias de medicina alternativa complementaria fueron utilizadas por el 41,1% de los sujetos después de su diagnóstico, y que todas las alternativas que utilizaban eran hierbas, siendo la más utilizada la Ortiga (*Urtica dioica*) o semilla de Ortiga. Más de la mitad de los pacientes que utilizan terapias alternativas (54,5%) no informan el uso de hierbas con los profesionales de la salud. Asimismo, se ha confirmado que la medicina tradicional china en general reduce eficazmente los efectos secundarios tóxicos y mejora los efectos curativos de la quimioterapia, reduce el síndrome clínico, previene la recurrencia, metástasis, mejora la calidad de vida, función inmune, entre otros. (Loli et al., 2018, p. 43, 44)

La Cúrcuma Longa (Cúrcuma)

Saz Peiró & Tejero Lainez (2016) refieren que se ha demostrado que la cúrcuma es eficaz en la prevención de cáncer de colon y de páncreas. Demostró, además ser eficaz en la prevención del cáncer de piel, de estómago, de colon, adenocarcinoma de pulmón, y de mama. En la actualidad, la curcumina ha sido objeto de estudio por su potencial para tratar el mieloma y el cáncer de mama. "La curcumina, el constituyente activo de Cúrcuma doméstica, tiene potente actividad contra el cáncer en modelos animales. Ayuda también en los procesos de inflamación". (p. 91)

La Caléndula

La caléndula es una planta, cuya flor se utiliza para preparar medicina. Entre sus múltiples usos se encuentra el cáncer. Es utilizado para tratar la inflamación de la piel por radioterapia (dermatitis por radiación). La investigación preliminar sugiere que aplicar el ungüento de la caléndula en el rostro disminuye la dermatitis por radiación en personas tratadas con radiación por cáncer. No obstante, otra investigación preliminar ha mostrado que este uso no es diferente que la vaselina para reducir la dermatitis por la radiación. En cuanto a su efectividad, la Natural Medicines Comprehensive Database (La Base Exhaustiva de Datos de Medicamentos Naturales) clasifica la eficacia, basada en evidencia científica, de acuerdo a la siguiente escala: eficaz, probablemente eficaz, posiblemente eficaz, posiblemente ineficaz, probablemente ineficaz, ineficaz, e insuficiente evidencia para hacer una determinación, siendo esta última la clasificación para la Caléndula: insuficiente evidencia para hacer una determinación para el cáncer. (Enciclopedia Médica ADAM, 2020)

Matricaria (manzanilla)

“La manzanilla contiene componentes químicos con propiedades anticancerígenas. Uno de ellos es la apigenina, una flavona con actividades antioxidantes, especialmente para cánceres de mama, tracto digestivo, piel, próstata y la sangre”. (Saz Peiró & Tejero Lainez, 2016, p. 92)

Efectos contraproducentes de las alternativas de cuidado en el tratamiento del cáncer de piel

Las terapias alternativas necesitan evaluarse con el mismo proceso largo y cuidadoso de investigación utilizados para evaluar los tratamientos convencionales. Los tratamientos del cáncer convencionales han sido estudiados, en general, en cuanto a lo nocivos que puedan ser y a su eficacia por medio de un proceso científico intenso que incluye estudios clínicos con un gran número

de pacientes. Se conoce menos acerca de la eficacia y de los peligros que pueden presentar muchas terapias alternativas. La investigación de las terapias alternativas ha sido más lenta por algunas razones:

- Cuestiones de tiempo y de financiamiento
- Problemas para encontrar instituciones e investigadores oncológicos que trabajen en los estudios
- Cuestiones de reglamentación. (Intituto Nacional del Cáncer de los Estados Unidos, 2015)

A pesar de que los beneficios de la medicina alternativa en el cáncer no se han comprobado científicamente, existe un riesgo considerable de que su uso ocasione daños, algunos de los motivos se mencionan a continuación:

- La medicina alternativa puede ser tóxica.
- La medicina alternativa puede interferir en el tratamiento convencional, como la quimioterapia o los medicamentos que se toman para tratar otros trastornos, y disminuir su efectividad.
- La medicina alternativa puede ser costosa y reducir, por tanto, la capacidad económica del paciente para obtener el tratamiento convencional.
- Si se utiliza medicina alternativa en lugar del tratamiento convencional o bien se retrasa este último, no se obtendrán los beneficios comprobados del tratamiento convencional. (Gale, 2018)

El Grupo Español de Pacientes con Cáncer (GePaC) (2017) destacan que las terapias pseudocientíficas son prácticas que no tienen por qué tener valor terapéutico alguno o formar parte del cuerpo de conocimiento médico o científico. Asimismo, refieren que algunas de estas terapias prometen curaciones casi milagrosas y han resultado perjudiciales para la vida de muchos pacientes

que las siguen. Estas terapias resultan costosas a cambio de su ineficacia y en muchos escenarios complican la evolución del cáncer, llegando a provocar la muerte. Entre las pseudoterapias que se ofrecen para tratar el cáncer se encuentran: angeloterapia, magnetismo, bioneuroemoción, constelaciones familiares, dianética, dieta alcalina, desensibilización por medio de movimientos oculares, flores de bach, hidroterapia de colon, homeopatía, iridiología, iriogenética, medicina biológica, naturopatía, osteopatía, ozonoterapia, programación neurolingüística, psicoanálisis, entre otras. Afirma el grupo que, son prácticas que no se encuentran demostradas científicamente, se llevan a cabo por personas carentes de conocimientos médicos, contradicen principios científicos y médicos, no existe garantía de su efectividad o inocuidad, son ajenas a la ciencia y peligrosas al ofertarse como terapia en el tratamiento de cualquier tipo de cáncer, más aún cuando estas pueden llevar al abandono de una terapia real. (p. 5-110)

Alternativas de cuidado que han mostrado beneficio para el paciente con cáncer de piel y de mayor inocuidad

Existe la posibilidad de que los tratamientos alternativos para el cáncer no curen directamente el cáncer, sin embargo, se puede ayudar a lidiar con los signos y síntomas causados por esta enfermedad y sus tratamientos convencionales. Entre los signos y síntomas más comunes tenemos la ansiedad, la fatiga, las náuseas y los vómitos, el dolor, la dificultad para dormir y estrés, entre los principales, los cuales pueden ser reducidos con las alternativas de cuidados. La integración de los mejores tratamientos complementarios y alternativos contra el cáncer basados en la evidencia con los tratamientos convencionales puede ayudar a aliviar muchos de los síntomas relacionados con el cáncer y su tratamiento. Es fundamental la comunicación entre paciente – médico, con la finalidad de determinar las estrategias que mejor podrían funcionar e

identificar aquellas que probablemente no aporten ningún beneficio.

Las siguientes son algunas de las mejores alternativas para aliviar los efectos del cáncer:

- Acupuntura. Durante el tratamiento de acupuntura, un profesional insertará pequeñas agujas en tu piel en puntos precisos. Los estudios muestran que la acupuntura puede ser útil para aliviar la náusea provocada por la quimioterapia. La acupuntura también puede ayudar a aliviar ciertos tipos de dolor en las personas con cáncer.
- Aromaterapia. La aromaterapia utiliza aceites con aroma para provocar una sensación de calma. Los aceites, impregnados de aromas como la lavanda, pueden aplicarse en tu piel durante un masaje o agregarse al agua con la que te bañas. Además, los aceites con aroma pueden calentarse para liberar sus aromas en el aire. La aromaterapia puede ser útil para aliviar la náusea, el dolor y el estrés.
- Ejercicio. El ejercicio puede ayudarte a controlar los signos y síntomas durante y después del tratamiento de para el cáncer. El ejercicio ligero puede ayudarte a aliviar la fatiga y la tensión, así como a dormir mejor. En la actualidad, muchos estudios muestran que un programa de ejercicios puede ayudarte a vivir más tiempo con cáncer y mejorar tu calidad de vida.
- Hipnosis. La hipnosis es un estado profundo de concentración. Durante una sesión de hipnoterapia, un terapeuta puede hipnotizarte al hablar con una voz amable, que te ayuda a relajarte. Entonces, el terapeuta te ayudará a enfocarte en objetivos, tales como controlar tu dolor y reducir tu tensión.
- Masaje. Durante un masaje, el profesional amasa tu piel, músculos y tendones

en un esfuerzo para aliviar la tensión muscular, el estrés y estimula la relajación. Existen diferentes métodos de masaje. El masaje puede ser ligero y suave o puede ser profundo con mayor presión. Los estudios han encontrado que el masaje puede ayudar a aliviar el dolor en las personas con cáncer. Además, también ayuda a aliviar la ansiedad, la fatiga y la tensión. El masaje puede ser seguro si trabajas con un terapeuta bien capacitado en masajes.

- **Meditación.** La meditación es un estado profundo de concentración cuando enfocas tu mente en una imagen, sonido o idea, como un pensamiento positivo. Cuando te encuentres meditando, también puedes hacer respiraciones profundas o ejercicios de relajación. La meditación puede ayudar a la persona con cáncer, al aliviar la ansiedad y el estrés.
- **Terapia musical.** Durante las sesiones de terapia musical, puedes escuchar música, tocar instrumentos, cantar o escribir canciones. Una terapeuta musical capacitado puede guiarte a través de actividades diseñadas para cumplir con tus necesidades específicas, o puedes participar en una terapia musical en un entorno grupal. La terapia musical puede ayudarte a aliviar el dolor y controlar la náusea y el vómito.
- **Técnicas de relajación.** Las técnicas de relajación son formas de concentrar tu atención en calmar tu mente y relajar tus músculos. Las técnicas de relajación pueden incluir actividades como ejercicios de visualización o relajación progresiva de los músculos. La técnica de relajación puede ser útil para aliviar la fatiga y la ansiedad. También pueden ayudar a las personas con cáncer para dormir mejor.
- **Tai chi.** El tai chi es una forma de ejercicio que incorpora movimientos suaves y respiración profunda. El tai chi puede

ser impartido por el instructor o puedes aprenderlo por tu cuenta con ayuda de libros y videos. Practicar tai chi puede ayudar a liberar la tensión. Por lo general, el tai chi es seguro. Los movimientos lentos del tai chi no requieren mucha fuerza física y los ejercicios pueden adaptarse fácilmente a tus propias habilidades. Aún así, habla con tu médico antes de empezar con el tai chi. No hagas ningún movimiento de tai chi que te provoque dolor.

- **Yoga.** El yoga combina estiramientos con respiraciones profundas. Durante una sesión de yoga, colocas tu cuerpo en diferentes posiciones que requieren flexión, torsión y estiramiento. Existen muchos tipos de yoga, cada uno con sus propias variaciones. El yoga puede proporcionar un poco de alivio del estrés de las personas con cáncer. Además, el yoga ha mostrado mejorar el sueño y reducir la fatiga. Antes de iniciar una clase de yoga, pide a tu médico que te recomiende un instructor que trabaje de manera regular con personas con problemas de salud, como el cáncer. Evita las posiciones del yoga que te provoquen dolor. Un buen instructor puede darte posiciones alternativas que sean seguras para ti. (Clínica Mayo, 2020)

Conclusión

Las alternativas de cuidado para tratar el cáncer de piel y sus complicaciones, así como sus signos y síntomas, incluyeron la medicina tradicional y la complementaria o alternativa. De la revisión efectuada se encontró escaso material en cuanto a las alternativas de cuidado para el cáncer de piel específicamente, por lo que se consideró material contentivo de estas alternativas para cualquier tipo de cáncer, en lo que se refiere al tratamiento de los signos y síntomas y los efectos de los tratamientos convencionales como la quimioterapia y la radioterapia, ya que son comunes en todos los casos.

Entre los riesgos de estas alternativas de cuidado se encontró que pueden provocar efectos secundarios, hacer interacción con fármacos, incluso se debe considerar que el estado del paciente puede empeorar cuando se utiliza una terapia alternativa y se abandona el tratamiento convencional, porque estas terapias no detienen el crecimiento del cáncer, a este hecho se le aúna que mientras se agrava la condición del paciente, las opciones para comenzar un tratamiento estándar se vuelven limitadas.

Se concluye que, las terapias alternativas no deben, ni pueden reemplazar la terapia convencional para el tratamiento del cáncer de piel, ni de ningún tipo de cáncer. Quienes recurran a las alternativas de cuidado deben informarlo previamente al médico tratante, de manera que este le ayude a considerar los beneficios y riesgos, ya que ocultar el uso de estas prácticas puede ser perjudicial para la evolución del paciente.

Resulta fundamental que se establezcan criterios formativos, estándares de eficacia y seguridad a los fines de que estas alternativas de cuidado en el cáncer de piel y cualquier otro tipo de cáncer puedan responder rigurosamente a las recomendaciones de la OMS sobre medicina tradicional y complementaria o alternativa.

Bibliografía

- A Latorre, D Rincón, J Arnal. (2003). Bases Metodológicas de la Investigación Educativa. Barcelona: Ediciones Experiencia.
- Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos. (09 de Abril de 2020). Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos. Recuperado el 10 de Julio de 2020, de https://www.cdc.gov/spanish/cancer/skin/basic_info/index.htm
- Clínica Mayo. (17 de Enero de 2020). Clínica Mayo. Recuperado el 15 de Agosto de 2020, de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/cancer/in-depth/cancer-treatment/art-20047246>
- CNN Español. (03 de Febrero de 2020). Los cinco tipos de cáncer más comunes y más mortales del mundo. CNN Español. Recuperado el 20 de Julio de 2020, de <https://cnnespanol.cnn.com/2020/02/03/los-cinco-tipos-de-cancer-mas-comunes-y-mas-mortales-del-mundo/>
- Enciclopedia Médica ADAM. (26 de Febrero de 2020). MedlinePlus. Recuperado el 07 de Agosto de 2020, de <https://medlineplus.gov/spanish/druginfo/natural/235.html>
- Gale, R. P. (2018). Manuales MSD. Recuperado el 10 de Agosto de 2020, de <https://www.msmanuals.com/es-ve/hogar/c%C3%A1ncer/prevenci%C3%B3n-y-tratamiento-del-c%C3%A1ncer/medicina-alternativa-para-el-c%C3%A1ncer>
- Grupo Español de Pacientes con Cáncer - GePaC. (2017). Mitos y Pseudoterapias creadas en torno al cáncer. Universidad Rey Juan Carlos, Cátedra de investigación, formación e innovación en cáncer, Madrid. Recuperado el 05 de Agosto de 2020, de <https://ep00.epimg.net/descargables/2017/01/20/a659f535bede6c4dbc9584aedeb5a620.pdf>
- Instituto Nacional del Cáncer de los Estados Unidos. (12 de Agosto de 2020). Institutos Nacionales de la Salud de los Estados Unidos. Recuperado el 13 de Agosto de 2020, de <https://www.cancer.gov/espanol/tipos/piel/paciente/tratamiento-piel-pdq>
- Instituto Nacional del Cáncer de los Estados Unidos. (10 de Abril de 2015). Institutos Nacionales de la Salud de los Estados Unidos. Recuperado el 11 de Agosto de 2020, de <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/mca>
- Loli, R. A., Sandoval, M., Ramírez, E., Cotrina, E. G., Casquero, R. A., & Velásquez, R. A. (2018). Vivencias de mujeres que utilizaron medicina tradicional para afrontar efectos de la quimioterapia y radioterapia. Revista de Enefermería Herediana, 11(1), 42-49. Recuperado el 02 de Agosto de 2020
- Organización Mundial de la Salud. (2013). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023. Organización Mundial de la Salud. Recuperado el 22 de Agosto de 2020, de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/95008/9789243506098_spa.pdf;jsessionid=01B82385C5A2616CB0861C-04853BA484?sequence=1
- Organización Mundial de la Salud. (12 de Septiembre de 2018). Organización Mundial de la Salud. Recuperado el 06 de Julio de 2020, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cancer>
- Saz-Peiró, P., & Tejero-Lainez, M. C. (2016). Fitoterapia en la prevención y tratamiento del cáncer. Medicina Naturista, 10(2), 88-99. Recuperado el 08 de Agosto de 2020, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5591360>

Sociedad Americana Contra El Cáncer. (09 de Agosto de 2019). Sociedad Americana Contra El Cáncer. Recuperado el 05 de Julio de 2020, de <https://www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-piel-tipo-melanoma/acerca/estadisticas-clave.html>

Sociedad Americana de Oncología Clínica - ASCO. (Diciembre de 2018). Cancer.net. (C. e. Cancer. Net, Editor) Recuperado el 20 de Agosto de 2020, de <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/integrative-medicine/evaluating-complementary-and-alternative-therapies>

Wells, G. L. (Marzo de 2019). Manuales MSD. Recuperado el 15 de Julio de 2020, de <https://www.msdmanuals.com/es-ve/professional/trastornos-dermatol%C3%B3gicos/c%C3%A1nceres-cut%C3%A1neos/generalidades-sobre-el-c%C3%A1ncer-de-piel>



RECONOCIMIENTO-NOCOMERCIAL-COMPARTIRIGUAL
CC BY-NC-SA

ESTA LICENCIA PERMITE A OTROS ENTREMEXCLAR, AJUSTAR Y
CONSTRUIR A PARTIR DE SU OBRA CON FINES NO COMERCIALES, SIEMPRE
Y CUANDO LE RECONOZCAN LA AUTORÍA Y SUS NUEVAS CREACIONES
ESTÉN BAJO UNA LICENCIA CON LOS MISMOS TÉRMINOS.

CITAR ESTE ARTICULO:

Aguilar Villacres, E., Villacrés Segovia, K., Hidalgo Montenegro, G., & Sanmartin Matute, N. (2020). Alternativas de cuidado para evitar problemas de cáncer a la piel. RECIMUNDO, 4(3), 250-260. doi:10.26820/reciamuc/4.(3). julio.2020.250-260