



MEDICINA ALTERNATIVA COMPLEMENTARIA PARA LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Este folleto es repartido para ayudarle a entender la evidencia actual sobre la medicina alternativa complementaria (CAM por sus siglas en inglés) en el tratamiento de la esclerosis múltiple (MS por sus siglas en inglés).

La Academia Americana de Neurología (AAN por sus siglas en inglés) es la asociación de neurólogos y profesionales de la neurociencia más numerosa del mundo. Los neurólogos son médicos que identifican y tratan enfermedades cerebrales y del sistema nervioso. La AAN se dedica a promover la atención neurológica de más alta calidad centrada en el paciente. Los expertos de la AAN evaluaron detenidamente los estudios científicos existentes sobre las terapias de la CAM para la MS. La siguiente información* se basa en evidencia de dichos estudios. La información resume las conclusiones principales de la directriz 2014 de la AAN sobre la CAM en la MS.

Para leer la directriz completa, visite AAN.com/guidelines.

Advertencia de medicamentos: La Administración de Drogas y Alimentos de EE.UU. (FDA por sus siglas en inglés) ha evaluado y aprobado solamente algunas de las terapias que se mencionan aquí. Para más información, visite fda.gov.

¿Qué es la esclerosis múltiple (MS)?

La esclerosis múltiple es una enfermedad del sistema nervioso central. En la esclerosis múltiple, el sistema inmunológico ataca los tejidos nerviosos en el cerebro y la médula espinal. Esto daña las vainas de mielina, el revestimiento que protege a las fibras nerviosas. El daño que resulta afecta cómo los nervios transportan las señales eléctricas desde el cerebro y la médula espinal.

Se desconoce la causa de la esclerosis múltiple. Los expertos piensan que factores genéticos y ambientales podrían ser responsables. La esclerosis múltiple afecta a las mujeres más que a los hombres. En general, los síntomas aparecen por primera vez entre los 20 y 50 años. Sin embargo, la esclerosis múltiple puede aparecer en personas más jóvenes o más ancianas.

Hay cuatro tipos principales de esclerosis múltiple:

- Recurrente-remite, o RRMS – Períodos impredecibles de síntomas nuevos o peores (recaídas). A cada recaída le sigue un período de retorno parcial o total al nivel de funcionamiento de la persona existente antes de la recaída (remisión). La mayoría de las personas que sufren la esclerosis múltiple reciben este tipo como primer diagnóstico
- Primaria-progresiva, o PPMS – Lento pero continuo empeoramiento del funcionamiento desde el comienzo. No hay recaídas ni remisiones
- Secundaria-progresiva, o SPMS – Comienza como RRMS y se transforma en una progresión más constante de discapacidad sin recaídas
- Progresiva-recurrente, o PRMS – Lento pero continuo empeoramiento del funcionamiento desde el comienzo. Ocurren recaídas ocasionales en su transcurso

Los síntomas de la esclerosis múltiple varían desde leves a severos. Algunas personas experimentan peores síntomas que otras. Los síntomas incluyen:

- Problemas para controlar la vejiga
- Problemas intestinales
- Dificultad para caminar o con el equilibrio
- Depresión y otros cambios de humor
- Cansancio
- Dolor en los nervios y parestesia; sensación de quemazón, frío, calor, pinchazos, entumecimiento, picazón u hormigueo
- Problemas con la función cognitiva: capacidad de pensar, memoria
- Problemas para dormir
- Espasticidad – rigidez, espasmos o temblores incontrolables de los músculos
- Problemas para hablar y tragar
- Temblores – temblores incontrolables en distintas partes del cuerpo
- Problemas con la vista

¿Cómo se trata la esclerosis múltiple?

El tratamiento de la esclerosis múltiple generalmente incluye el uso de medicamentos recetados y rehabilitación. El tratamiento típico también se conoce como el tratamiento “convencional”.

Hay disponibles dos tipos principales de terapia con medicamentos:

- Terapias que modifican la enfermedad: reducen la cantidad de recaídas y podrían retardar el progreso de la enfermedad
- Terapias sintomáticas: no afectan el curso de la enfermedad pero ayudan a aliviar algunos de los síntomas

Los ejemplos de rehabilitación son:

- Terapia física
- Terapia del habla
- Terapia ocupacional
- Rehabilitación cognitiva (rehabilitación del pensamiento y problemas de la memoria)

La esclerosis múltiple es una enfermedad crónica sin cura conocida. Sin embargo, muchas personas con esclerosis múltiples pueden controlar la enfermedad usando tratamientos sintomáticos y los que modifican la enfermedad.

¿Cuál es la terapia de la medicina alternativa complementaria? ¿Cómo es de diferente del tratamiento usual de la esclerosis múltiple?

La terapia con medicina alternativa complementaria es un tratamiento no convencional. Esto quiere decir que típicamente no se ofrecen en un hospital de los EE.UU. ni son recetadas por profesionales médicos. Sin embargo, algunas terapias de la medicina alternativa complementaria tienen una larga tradición en muchas partes del mundo.

La medicina alternativa complementaria se usa a menudo con el tratamiento convencional. Sin embargo, algunas veces se usa en lugar del tratamiento convencional. La medicina alternativa complementaria incluye una variedad de terapias. Las mismas pueden agruparse de esta manera:

- Medicina mental-corporal, por ejemplo, entrenamiento de concientización
- Hierbas o suplementos dietéticos, por ejemplo, ácidos grasos omega-3 (aceite de pescado)
- Prácticas manipulativas y corporales, por ejemplo, yoga, reflexología
- Medicina energética, por ejemplo, terapia con imanes

Mi médico trata mi esclerosis múltiple. ¿Hay terapias de la medicina alternativa complementaria que me pueden ayudar?

Esta directriz depende de los estudios evaluados de terapias de la medicina alternativa complementaria para el tratamiento de la esclerosis múltiple. Los autores evaluaron los estudios para encontrar evidencia de seguridad y eficacia.

En general, para la mayoría de las terapias de la medicina alternativa complementaria, existe muy poca evidencia de que son eficaces en el tratamiento de la esclerosis múltiple. En el caso de algunas terapias de la medicina alternativa complementaria, no hay estudios disponibles. En el caso de algunas otras terapias de la medicina alternativa complementaria, los estudios demostraron evidencia de eficacia o falta de eficacia. Las mismas se comentan a continuación (consultar también la tabla que sigue para obtener un resumen de la evidencia).

Ginkgo biloba (GB)

El GB es una terapia con hierbas que se obtienen del árbol del ginkgo. El extracto de GB se puede tomar como una píldora. Existe evidencia débil* de que GB ayuda a aliviar el cansancio. Sin embargo, existe evidencia convincente* de que el GB no ayuda a los problemas de pensamiento o memoria.

GB fue bien tolerado en todos los estudios que se evaluaron. Sin embargo, estudios de GB en otras enfermedades hicieron notar un mayor riesgo de sufrir hemorragias. Antes de tomar GB, consulte a su médico sobre los riesgos de sufrir hemorragias.

Terapia con imanes

La terapia con imanes es un tipo de medicina energética. Esta terapia usa imanes sobre o cerca de la piel. Los imanes producen una fuerza magnética. Se piensa que esta fuerza mejora el funcionamiento del cuerpo. Existe evidencia moderada* de que la terapia con imanes ayuda a reducir el cansancio. Sin embargo, también existe evidencia moderada* de que esta terapia no ayuda a tratar la depresión en la esclerosis múltiple. No existe evidencia suficiente* que demuestre si la terapia con imanes ayuda a tratar otros síntomas de la esclerosis múltiple.**

La terapia con imanes podría causar dolores de cabeza, espasmos y una sensación de quemazón en la piel. Los imanes también podrían interferir con dispositivos médicos como marcapasos.

Reflexología

La reflexología es un tipo de medicina corporal. Incluye aplicar presión manual a distintos puntos en los pies, las manos o los oídos. Se piensa que estos puntos están conectados a los órganos y sistemas del cuerpo. Los practicantes buscan ciertos puntos para ayudar a que mejore el funcionamiento de un órgano o sistema. Existe evidencia débil* de que la reflexología ayuda a tratar la parestesia (sensación de hormigueo, entumecimiento u otras sensaciones inusuales en la piel). No existe evidencia suficiente* que demuestre si la reflexología ayuda a tratar otros síntomas de la esclerosis múltiple.**

Veneno de abejas, dietas bajas en grasa y el régimen de Cari Loder

En la terapia con veneno de abejas, varias picaduras de abejas introducen el veneno en el cuerpo. Se piensa que el veneno reduce la inflamación. Existe evidencia débil* de que la terapia con picaduras de abejas no ayuda a tratar los síntomas de la esclerosis múltiple** o atrasar el proceso de la enfermedad. La terapia con picaduras de abejas pueden causar efectos secundarios leves a severos. Los mismos incluyen serias reacciones alérgicas, serias infecciones y muerte.

Los estudios analizaron el efecto de una dieta con bajo contenido de grasa y aceite de pescado. El aceite de pescado contiene ácidos grasos omega-3. Existe evidencia moderada* de que esta dieta no ayuda a tratar los síntomas de la esclerosis múltiple** o a mejorar la calidad de vida.

El régimen de Cari Loder es una terapia de combinación entre un medicamento recetado y suplementos dietéticos. Incluye la lofepramina, un químico relacionado en su estructura a algunos antidepresivos. El régimen también incluye el aminoácido L-fenilalanina y la vitamina B₁₂. Existe evidencia débil* de que el régimen de Cari Loder no ayuda a tratar los síntomas de la esclerosis múltiple.**

Marihuana (Cannabis)

La marihuana es una hierba que crece naturalmente en los Estados Unidos. También se la conoce como cannabis. La marihuana para uso médico es el cannabis usada en medicina. El cannabis es una sustancia controlada por el gobierno federal. Hasta hace poco, era ilegal vender, poseer/transportar o usar cannabis. En este momento, los médicos pueden legalmente recetar marihuana médica en 20 estados de los EE.UU. y en Washington, DC.

Los estudios analizaron los efectos del cannabis en los síntomas de espasticidad, dolor, problemas en la vejiga y temblores. Se estudiaron cuatro tipos de marihuana médica:

- Extracto de cannabis por vía oral (OCE por sus siglas en inglés) – una píldora con cannabis
- Tetrahidrocannabinol (THC por sus siglas en inglés) sintético – una píldora de cannabis
- Cannabinoide administrado por la mucosa bucal en aerosol – un aerosol que se usa oralmente (por boca)
- Fumar cannabis

OCE y THC sintético

El OCE se toma oralmente (por boca) en forma de píldora. Consiste en los compuestos químicos THC y cannabidiol. También se llaman cannabinoides y vienen de la planta cannabis. Estos químicos producen los efectos de cannabis en el cuerpo. El THC sintético es una versión fabricada del THC, un cannabinoide. Está disponible en forma de píldora.

En estos momentos, la FDA ha aprobado dos tipos de marihuana: dronabinol (Marinol) y nabilon (Cesamet). Ambos medicamentos son formas sintéticas de los ingredientes claves de la marihuana. La FDA aprobó el dronabinol y el nabilon como tratamientos para la náusea y los vómitos asociados con la quimioterapia del cáncer que no responden al tratamiento estándar. El dronabinol también fue aprobado para la pérdida del apetito relacionada con la pérdida de peso en pacientes con SIDA. En este momento, los medicamentos no han sido aprobados para el uso en la esclerosis múltiple.

Evidencia convincente* ha demostrado que el OCE reduce los síntomas de espasticidad de los pacientes. También reduce el dolor causado por la espasticidad.

Evidencia moderada* ha demostrado que el THC sintético reduce los síntomas de espasticidad de los pacientes. También reduce el dolor causado por la espasticidad.

Existe evidencia moderada* que ambos el OCE y el THC sintético no reducen los síntomas del temblor. No existe evidencia suficiente para indicar si el OCE o THC sintético ayudan a controlar la vejiga.

Cannabinoide administrado por la mucosa oral en aerosol (nabiximols)

El cannabinoide administrado por la mucosa oral en aerosol es marihuana médica que se toma oralmente (por boca) en forma de aerosol. También se la conoce como nabiximols (Sativex). Ha sido aprobada para su uso solamente en Canadá y parte de Europa.

Existe evidencia moderada* de que nabiximols puede reducir:

- Los síntomas de espasticidad de los pacientes
- El dolor causado por la espasticidad
- Orinar con frecuencia

Evidencia moderada* ha demostrado también que nabiximols no trata la pérdida de control de la vejiga (incontinencia). Existe evidencia débil* de que nabiximols no ayuda a aliviar el temblor. No existe evidencia suficiente* que demuestre si nabiximols ayuda a tratar otros síntomas de la esclerosis múltiple.**

Fumar cannabis

No existe evidencia suficiente* para demostrar si fumar cannabis es seguro o eficaz en el tratamiento de cualquier síntoma de la esclerosis múltiple.

Preocupaciones importantes sobre cannabis

La mayoría de los estudios sobre cannabis fueron de corto plazo. Se necesitan más estudios para demostrar si el uso del cannabis es seguro a largo plazo. El cannabis puede causar efectos secundarios y algunos pueden ser serios. Algunos efectos secundarios conocidos son:

- Dificultad con la atención y concentración
- Mareos
- Somnolencia o cansancio
- Boca seca
- Alucinaciones (ver o escuchar cosas que no existen)
- Mayor espasticidad
- Pérdida del equilibrio y caídas
- Náusea, vómitos y estreñimiento
- Problemas psicológicos como depresión y psicosis
- Ataques
- Problemas para pensar (cognoscitivos) y en la memoria

El potencial de problemas psicológicos es una preocupación principal. Algunas personas con esclerosis múltiple están en riesgo de sufrir depresión o suicidio. Es crítico conversar sobre todos estos efectos secundarios potenciales con su médico y considerar los beneficios y riesgos de cannabis cuidadosamente.

Muchas otras terapias de la medicina alternativa complementaria han sido estudiadas sobre su eficacia para la esclerosis múltiple. En el caso de algunas de estas terapias, no hay estudios disponibles. En otros casos, no existe evidencia suficiente disponible para demostrar si las terapias fueron eficaces.

Preocupaciones generales sobre las terapias de la medicina alternativa complementaria

La mayoría de las terapias de la medicina alternativa complementaria no han sido evaluadas o aprobadas por la Administración de Medicamentos y Alimentos, y su seguridad es desconocida. No existe suficiente información para demostrar si las terapias de la medicina alternativa complementaria interfieren con los medicamentos recetados usados para tratar la esclerosis múltiple. La mayoría de las terapias de la medicina alternativa complementaria no están cubiertas por el seguro. Colabore estrechamente con su médico para decidir si alguna terapia de la medicina alternativa complementaria sería una buena opción en su situación. Si ya usa terapias de la medicina alternativa complementaria consulte a su médico acerca de la disponibilidad de evidencia sobre dichas terapias.

Tabla: Evidencia de la seguridad y eficacia de las terapias de la medicina alternativa complementaria

Terapia	Solidez de la evidencia	Efectos secundarios vistos en estudios
GB		
No mejora la capacidad de pensar (cognición)	Convincente	El GB fue bien tolerado en todos los estudios que se evaluaron. Sin embargo, estudios de GB en otras enfermedades hicieron notar un mayor riesgo de sufrir hemorragias. Antes de tomar GB, consulte a su médico sobre los riesgos de sufrir hemorragias
Podría ayudar a reducir el cansancio	Débil	
Dieta con bajo contenido de grasa y ácidos grasos omega-3 (aceite de pescado)		
Probablemente no reduce los síntomas o recaídas de la esclerosis múltiple	Moderada	Ninguno
Terapia con imanes		
Probablemente ayuda a reducir el cansancio Probablemente no ayuda a reducir la depresión	Moderada	La mayoría de los estudios reportaron que no causa efectos secundarios negativos. Un estudio indicó dolor de cabeza, espasmos y sensación de quemazón
El régimen de Cari Loder		
No podría ayudar a mejorar los síntomas de la esclerosis múltiple	Débil	Algunos de los efectos secundarios reportados en algunos estudios: <ul style="list-style-type: none"> • Boca seca • Estreñimiento • Insomnio • Náusea
Reflexología		
Podría ayudar a reducir la parestesia (incómodas sensaciones en la piel)	Débil	Ninguno
Terapia con picadura de abeja		
No podría ayudar a mejorar los síntomas de la esclerosis múltiple	Débil	Las picaduras de abejas pueden estar relacionadas con reacciones alérgicas y posiblemente la muerte. Otros efectos secundarios incluyen: <ul style="list-style-type: none"> • Dolor, inflamación y enrojecimiento en el lugar de la picadura • Picazón • Síntomas parecidos a la gripe

Marihuana médica (Cannabis)		
OCE y THC sintético (en forma de píldora)		
OCE: <ul style="list-style-type: none"> • Puede reducir los síntomas de espasticidad de los pacientes • Puede reducir el dolor debido a espasticidad (pero no el dolor en los nervios) 	Convincente	Algunos de los efectos secundarios reportados en algunos estudios de cannabis: <ul style="list-style-type: none"> • Dificultad con la atención y concentración • Mareos • Somnolencia o cansancio • Boca seca • Mayor espasticidad • Pérdida del equilibrio y caídas • Náusea, vómitos y estreñimiento • Problemas psicológicos como depresión y psicosis • Problemas para pensar y en la memoria
THC sintético: <ul style="list-style-type: none"> • Probablemente puede reducir los síntomas de espasticidad en los pacientes a corto plazo (15 semanas) pero probablemente no lleva a mejoras de corto plazo en los análisis de espasticidad que realiza el médico • Probablemente puede reducir el dolor debido a espasticidad (pero no el dolor en los nervios) 	Moderada	
OCE y THC sintético: <ul style="list-style-type: none"> • Probablemente no reducen los síntomas de temblor 	Moderada	
OCE y THC sintético: <ul style="list-style-type: none"> • Podrían reducir la espasticidad de los pacientes a largo plazo (un año) • Podrían reducir el dolor causado por la espasticidad a largo plazo (un año) 	Débil	
OCE y THC: <ul style="list-style-type: none"> • No existe evidencia suficiente para demostrar que ayudan a reducir los problemas de la vejiga 	Desconocidos	
THC sintético (Marinol): <ul style="list-style-type: none"> • No existe evidencia suficiente para demostrar que ayuda a aliviar el dolor en los nervios 	Desconocidos	
Cannabinoide administrado por la mucosa oral en aerosol (Nabiximols)		
<ul style="list-style-type: none"> • Probablemente ayuda a tratar los síntomas de la espasticidad en los pacientes • Probablemente ayuda a reducir el dolor causado por la espasticidad • Probablemente ayuda a reducir la frecuencia de evacuación de la orina • Probablemente no lleva a mejorar a corto plazo los análisis de la espasticidad que realiza el médico • Probablemente no trata la pérdida del control de la vejiga (incontinencia) 	Moderada	Los mareos fueron el efecto secundario negativo más común. Otros efectos secundarios incluyen: <ul style="list-style-type: none"> • Confusión • Desorientación • Alucinaciones (ver o escuchar cosas que no existen) • Mal humor • Posible efecto negativo en la memoria a largo plazo
<ul style="list-style-type: none"> • No podría ayudar a reducir el temblor 	Débil	
No existe evidencia suficiente para demostrar si ayuda con: <ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Cansancio • Problemas generales en la vejiga • Calidad de vida • Problemas para dormir • Capacidad de pensar (cognición) 	Desconocidos	

Fumar cannabis

No existe evidencia suficiente para demostrar si fumar cannabis es seguro o útil en el tratamiento de los síntomas de la esclerosis múltiple	Desconocidos	Efectos secundarios negativos similares a los reportados en estudios de otros tipos de cannabis. También incluye: <ul style="list-style-type: none">• Cansancio• Sentirse "eufórico"• Dolor de cabeza• Náusea
--	--------------	--

Este folleto recibió el apoyo del Consorcio de centros de esclerosis múltiple (Consortium of Multiple Sclerosis Centers) y de la Organización internacional de enfermeras de esclerosis múltiple (International Organization of Multiple Sclerosis Nurses).

Esta información se proporciona como un servicio educacional de la Academia Americana de Neurología. Está basada en la evaluación de información científica y clínica actual. No pretende incluir todos los posibles métodos de atención adecuados para un problema neurológico en particular ni todos los criterios legítimos para escoger usar un procedimiento específico. Tampoco pretende excluir ninguna metodología alternativa razonable. La AAN reconoce que las decisiones de atención del paciente específicas son facultad del paciente y del médico que cuida del paciente, con base en todas las circunstancias involucradas.

*Después de que los expertos examinan todos los estudios de investigación publicados, ellos describen la solidez de la evidencia que respalda a cada recomendación:

Evidencia convincente = más de un estudio científico de alta calidad

Evidencia buena = por lo menos un estudio científico de alta calidad o dos o más estudios de menor calidad

Evidencia débil = quiere decir que los estudios, si bien lo apoyan, tienen debilidades en el diseño o solidez de las conclusiones

No existe evidencia suficiente = quiere decir que o estudios diferentes llegaron a resultados diferentes o que no existen estudios de suficiente calidad

**Ver el documento publicado para obtener los síntomas específicos notados en los estudios.

La AAN crea estos resúmenes como herramientas educacionales para neurólogos, pacientes, miembros familiares, personas a cargo de su cuidado y el público en general. Usted puede descargar y guardar una sola copia para uso personal. Por favor, envíe un mensaje a guidelines@aan.com para obtener información sobre opciones para compartir esta información más allá de su uso personal.

Traducido por Global Translations

Traducción revisada por José Biller, MD, FAAN, FACP, FAHA

American Academy of Neurology, 201 Chicago Avenue, Minneapolis, MN 55415

Copias adicionales y estos estudios que respaldan este resumen están disponibles en AAN.com o mediante los Servicios para los Miembros de AAN (AAN Member Services) llamando al (800) 879-1960.