



GETTY IMAGES

## Medicina integrativa

### Cómo reducir la polimedicación en una paciente con síndrome depresivo

**D**urante los últimos años, cada vez es más frecuente el uso de múltiples tratamientos farmacológicos en un mismo paciente. Se ha producido un aumento progresivo de la medicalización de la sociedad, del número de enfermedades crónicas y de la esperanza de vida. Así, un 15% de la población es mayor de 65 años, pero consume hasta el 30% de todos los fármacos. Todos estos factores, junto al aumento del grado de especialización médica y del número de especialistas que son consultados por un mismo paciente, han sido propuestos como las causas de lo que se denomina “polimedicación” o “polifarmacia”.

La polimedicación inadecuada puede definirse como el uso excesivo e innecesario de medicamentos, ya sea porque se da una prescripción o utilización de más fármacos que los clínicamente indicados o porque en el tratamiento se incluya al menos un fármaco innecesario. La polimedicación inadecuada puede incrementar los efectos secundarios de los fármacos, producir ineficacia de las otras terapias y conllevar a la aparición de una nueva sintomatología no presente anteriormente, la llamada “enfermedad farmacológica”.

#### Un caso de polimedicación

Esto se concreta en el caso clínico de una mujer de 62 años que presentaba, desde unos meses antes, tristeza con llanto frecuente y sensación de nerviosismo importante, que en ocasiones se acompañaba de palpitaciones y que empeoraba de noche impidiéndole dormir correctamente. Además, tenía sueños muy vívidos y pesadillas. Se catalogó como síndrome ansioso-depresivo y se indicó, por parte del médico de familia, un tratamiento con fluoxetina, un antidepresivo que actúa aumentando los niveles cerebrales del neurotransmisor serotonina, y alprazolam, un hipnótico relajante. Además, la paciente presentaba un problema leve de memoria, que había empeorado coincidiendo con la aparición de los síntomas depresivos, para el que había iniciado un tratamiento con piracetam, un fármaco de venta libre de dudosa eficacia terapéutica. Este tratamiento se lo recomendó su farmacéutico sin ser controlado por ningún especialista médico. Al mismo tiempo, había sido diagnosticada de artrosis, y su reumatólogo le había recetado paracetamol y risedronato, un fármaco para la osteoporosis, como tratamientos. Desde hacía 10 años, estaba en tratamiento por

hipertensión arterial (HTA) con enalapril, pero desde que aparecieron los síntomas de ansiedad, la HTA había empeorado y se había añadido doxazosina tras la consulta con un cardiólogo privado.

#### Demasiados tratamientos

Al llegar a nuestra consulta, la paciente continuaba muy nerviosa y con síntomas depresivos a pesar de dicho tratamiento. Lo primero que llamó la atención es que no se había investigado si existía una causa desencadenante del síndrome ansioso-depresivo. La paciente había vivido una época de conflicto con su marido, debido a la aparición de un trastorno de celos acerca de una mujer algo más joven que ella que coincidía en algunas actividades con su marido. Estos celos habían ocasionado múltiples peleas y discusiones hasta el punto de que su marido había abandonado temporalmente su hogar. Fue durante esta época de discusiones cuando comenzó la sintomatología. Los dolores en ambas piernas y caderas, que habían sido catalogados como secundarios a artrosis, también habían empeorado coincidiendo con la presentación de los síntomas depresivos. Estos dolores se acompañaban de una gran frialdad de ambas piernas, que la paciente describía “como el hielo” y que curiosamente empeoraban cuando se aplicaba calor en la zona.

Asimismo, al analizar el tratamiento que estaba siguiendo, se pudo objetivar que los diversos tratamientos habían sido indicados por diferentes médicos especialistas, sin existir un profesional que estuviera supervisando adecuadamente el tratamiento global. De estos tratamientos, dos eran de muy dudosa eficacia terapéutica para la sintomatología que presentaba (piracetam y risedronato) y uno, la doxazosina, está considerado un tratamiento de segunda elección para la HTA. Además, el piracetam cuenta, entre sus posibles efectos secundarios, con la posible inducción de ansiedad y síntomas depresivos, lo que pudo contribuir a su empeoramiento.

Seguía también una dieta y estilo de vida inadecuados con un consumo excesivo de alcohol y de café, en aumento desde el inicio de los síntomas depresivos, y una ingesta muy deficitaria de frutas y verduras.

#### Estrategia y evolución

Mediante el análisis del caso, se procedió en primer lugar a la retirada de los fármacos inadecuadamente prescritos (piracetam y el risedronato). En virtud de la sintomato-

logía presente y de algunas características de la paciente, se pudo seleccionar un remedio homeopático para tratar el *fondo* del caso: fundamentalmente, la aparición del síndrome ansioso-depresivo en el contexto de un trastorno por celos con empeoramiento de la HTA y aparición de síntomas como las palpitaciones. Se trató con Lachesis Mutus, un remedio que, además de corresponder con la sintomatología presente, coincidía con ciertas características de la paciente como una gran locuacidad, la aparición de la sensación de muerte inminente durante las palpitaciones, la frialdad de las extremidades y la presencia de trastornos circulatorios previamente coincidiendo con el inicio de la menopausia. Además, se introdujeron cambios en la dieta y se recomendó el inicio de terapia de Pilates para mejorar la postura y el dolor presentes.

Desde la primera dosis del remedio Lachesis Mutus se produjo una mejoría paulatina del trastorno ansioso-depresivo. Dos semanas después, la paciente podía dormir sin problemas y se inició la disminución de fluoxetina y alprazolam, retirándose por completo ambas medicaciones dos meses más tarde sin recaídas posteriores. Se produjo un mejor control de la tensión arterial pudiéndose retirar posteriormente la doxazosina, y del dolor tipo artrosis. La paciente pudo disminuir el consumo de café y de alcohol de forma significativa. Tres meses después, continuaba estable y sin recaídas.

### Una medicina para cada persona

Ante el enfermo polimedcado, proponemos la aplicación de un enfoque integrativo, o Medicina Integrativa. Esta medicina tiene una visión holística del ser humano, es decir, entero y no fragmentado. Considera fundamental la relación cuerpo-mente y reconoce las dimensiones psicológicas y espirituales de las enfermedades. Se trata de ayudar al organismo a conseguir una curación natural utilizando las terapias apropiadas, tanto convencionales como medicinas energéticas. El principio es el de no dañar, potenciando la reducción o la retirada de los medicamentos no necesarios. Este modelo se basa en una doble responsabilidad: un profesional de la salud que asume el control de la medicación del enfermo y a su vez un enfermo que tiene que responsabilizarse de su salud. Mediante la combinación de farmacología clínica y homeopatía, se estudió el caso en profundidad y se retiraron las medicaciones inadecuadas, proporcionando los tratamientos que mejor convenían. La homeopatía utiliza sustancias de la naturaleza (minerales, vegetales o animales) en diluciones mínimas o infinitesimales y actúa estimulando la capacidad natural e innata del ser humano para defenderse, adaptarse y curarse a sí mismo. Estudia los síntomas de la enfermedad y las características del enfermo en particular. Cada paciente manifiesta de manera única, diferente y peculiar la enfermedad y, por tanto, se le considera como ser único y distinto a los demás. Mediante una entrevista exhaustiva, se objetivó un desencadenante del cuadro clínico y se encontraron las características individuales que lo hacen diferente de todas las otras personas. Así, se pudo seleccionar el remedio adecuado. El tratamiento homeopático bien seleccionado junto con la reducción de la medicación y los cambios en el estilo de vida permitieron a la paciente la resolución de los síntomas presentes, mejoraron su calidad de vida y, sobre todo, indujeron un cambio profundo a nivel emocional en dirección hacia la salud integral.

**SERGIO ABANADES** DOCTOR EN FARMACOLOGÍA Y MÉDICO ESPECIALISTA EN FARMACOLOGÍA CLÍNICA Y HOMEOPATÍA (MEDICINA INTEGRATIVA) DE INTEGRAL CENTRE MÈDIC I DE SALUT

**SANTE**  
NATURKOSMETIK



# Línea Solar

## Protección solar natural para el cuidado de la piel

**NOVEDAD**



CUIDADO Y PROTECCIÓN PARA TODA LA FAMILIA.

- Línea Protección solar familiar SPF 15 y SPF 20
- Protección solar facial
- Línea Protección Solar pieles sensibles SPF 15 y SPF 20 especialmente indicada para niños
- Loción After Sun



UVA



- sin nano partículas
- protección 100% mineral
- certificado con los avales BDIH (cosmética natural) y Natrue (biocosmética)
- resistente al agua



Distribuido por NATURCOSMETIKA ECOLÓGICA, S.L.  
Distribuidores de: LOGONA, SANTE, AQUABIO, NEOBIO y FITNE  
Teléfono 937 848 586  
info@naturcosmetika.com  
www.naturcosmetika.com