

ALTERNANDO TERAPIAS

SALUD COMO EQUILIBRIO

UNA MEDICINA PARA VIVIR DE ACUERDO CON LA LEY NATURAL

La ayurveda es un sistema holístico que combina terapias naturales con un acercamiento personalizado al tratamiento de la enfermedad, equilibrando mente, cuerpo y conciencia.

“Cuando tenía 20 años sufría de delgadez extrema, ningún médico convencional podía encontrar la causa, hasta que di con un médico ayurveda, descubrió que mi metabolismo se había invertido y no asimilaba ningún alimento, ningún nutriente. Con su tratamiento me lo estabilizó. Fue mágico para mí, me enseñó a comprender mi propio organismo”, comenta Patricia, una mujer de 53 años de edad, que recuerda cuando encontró la cura a su problemática.

Las crónicas sobre el nacimiento de esta práctica de salud señalan que hace más de 8000 años se realizó en el Himalaya, un gran congreso de científicos de diversas disciplinas. Estos eruditos crearon un sistema médico holístico para prevenir y curar las enfermedades de la humanidad y denominaron a la nueva disciplina integradora o "ciencia de la vida".

La ayurveda tiene como objetivo hacer un análisis profundo del aprendizaje que nos muestra la vida a través de los síntomas y la enfermedad. Es un tomar conciencia de lo que verdaderamente somos a partir del lenguaje simbólico de los indicios, y así profundizar en el conocimiento de la vida, y darle un valor trascendente.

“Su sentido más poético es el conocimiento de los aspectos de la vida que permiten vivir más tiempo, más pleno y feliz”, señala el Dr. Jorge Luis Berra, Director de los cursos de posgrado de medicina ayurveda de la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires.

Esta técnica, no apunta primariamente a las enfermedades y los síntomas, sino que se focaliza en el ser total (equipo cuerpo-mente-sentidos-conciencia), porque para la medicina ayurvédica, estar sano no significa carecer de dolencias, sino encontrarse en un perfecto equilibrio físico, mental, emocional y espiritual. Si hay un desequilibrio del individuo, del equipo cuerpo-mente-sentidos, como consecuencia de esta inestabilidad se expresan los síntomas de una o varios padecimientos. "Busca instaurar un estilo de vida para que las personas sanas se mantengan sanas y aquellas con problemas de salud puedan mejorarla", asegura el experto.

Es una medicina complementaria a la tradicional. Se diagnostica a través del examen (físico, muestras de laboratorio y diagnóstico por imágenes (como el que hace el médico clínico), pero este diagnóstico no es sobre la enfermedad y órganos, sino de las personas. Se tiene en cuenta cómo habla, cómo piensa, cuál es su color de piel, si es friolenta o calurosa, todas aquellas cualidades que hacen al ser. La diferencia es que los tratamientos están basados en terapéuticas naturales.

El especialista en medicina ayurveda, Dr. Sergio Lais-Suárez explica: “Se utilizan medicamentos naturales que se fabrican en la India. No son drogas artificiales. Por ejemplo, para reducir el colesterol se usa un extracto de resina de un arbusto tropical llamado Guggul. Esto disminuye el colesterol sin efectos secundarios en el paciente”, a lo que agrega: “Quiero dejar en claro que no es que se le da un yuyo o un té al paciente sino una pastilla. Por ejemplo, si viene un paciente con un politraumatismo, con cinco huesos quebrados, no le vamos a dar un yuyo, lo vamos a mandar a un hospital para que sea enyesado y operado si es necesario”.

Entre los fundamentos científicos que sostienen su práctica, cuenta con un tratado de clínica

médica de 2.800 años de antigüedad, que incluye 900 plantas medicinales, cuya utilidad se confirma en estudios publicados en la revista Science. “Amo profundamente la alopátia y nunca haría algo que dejara de lado los recursos beneficiosos que tiene”, afirma el Dr. Berra, quien también es director de la Fundación de Salud Ayurveda Prema en Argentina y añade: “La medicina convencional no está errada, sino que es incompleta, y con este método milenario se pueden complementar de una forma grandiosa”. Tiene eficaces usos clínicos, ya que sus beneficios se perciben tanto en el nivel de prevención como de alivio de la enfermedad y mejoramiento de la calidad de vida de personas con hipertensión arterial, diabetes, cáncer, epilepsia, dolor crónico, psoriasis, HIV, trastornos de ansiedad, cuestiones metabólicas, depresión, entre otras indicaciones.

Como dice Berra, “no hay ningún sistema médico que impida la muerte, la enfermedad forma parte de la realidad del ser humano”. Trabajar desde un lugar más humano y natural no implica dejar de lado el profesionalismo y el criterio científico, y aunque todavía exista un muro que separa a la medicina convencional de la alternativa, son muchos los que poco a poco se animan a derribarlo para mejorar la calidad de vida de las personas.

Ayurveda para todos

La Organización Mundial de la Salud (OMS) la ha considerado como tal, a partir de la Primera Conferencia Internacional en Cuidados Primarios de Salud, celebrada en Alma Ata, ex Unión Soviética, en 1978, en su Resolución 50/40. A partir de entonces, muchos países la incorporaron como carrera de grado medicinal. “La OMS reconoce a la medicina ayurveda como un método científico altamente eficiente y carente de efectos secundarios”, acota el Dr. Lais-Suárez.

En la Argentina, sí está aceptada como una medicina complementaria. Varias universidades como Universidad Abierta Interamericana (UAI), Universidad Maimónides, Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires, Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de Tucumán, entre otras, la enseñan en cursos universitarios desde hace 12 años, pero su atención se realiza en el ámbito privado (con un precio elevado ya que las consultas superan los \$170), y hasta el momento no se practica en hospitales y clínicas.

"Las autoridades sanitarias del país deberían interesarse en el tema - dice Néstor Manassi, Director de Estudios de la Asociación Argentina de Medicina Antroposófica -. Hace más de 30 años que la Organización Mundial de la Salud recomendó incorporar a las llamadas medicinas integradoras en la atención primaria. Hay varios proyectos de ley, pero ninguno prospera. Debería existir un programa oficial, una calificación apropiada, créditos. Todo eso daría seguridad al paciente. Se abaratarían los costos y más gente tendría acceso a estos enfoques".

Lic. Luciana Schiappacasse