



Un modo más integrador de percibir e interpretar la realidad Foto: María José Barrios.

## Medicina Holística

# Nuevo paradigma de la salud

Tivizay Molina de González\*, Heriberto González-Méndez\*\*

En las últimas décadas con el desarrollo de la nueva física y la neurociencia, han aparecido en la literatura científica gran cantidad de estudios que ponen en evidencia las coincidencias de ideas y líneas que confluyen en una nueva racionalidad científica, es decir, un nuevo enfoque paradigmático de la realidad.

Este nuevo enfoque presenta notables diferencias con el modo de pensar tradicional, cartesiano, lógico-positivista, que resulta limitado en la actualidad para responder a los grandes retos y demandas que plantea un mundo cambiante e interrelacionado.

El mundo actual, se caracteriza por sus interconexiones a nivel global, en que los fenómenos físicos, biológicos, psicológicos, sociales y

ambientales son recíprocamente interdependientes. Para entender este mundo, y por tanto aportar soluciones más acordes a dicho contexto, se requiere una visión más amplia, sistémica, holista y ecológica, que no nos ofrecen los enfoques reduccionistas y fragmentados del siglo pasado. Es decir, necesitamos un “nuevo paradigma” que nos permita un modo más integrador de percibir e interpretar la realidad.

Nuestra mente, no sigue una vía causal, lineal, unidireccional, sino más bien, un enfoque modular, dialéctico, interdisciplinario, donde todo afecta e interactúa con todo, donde cada elemento se define por su red de interconexiones con los demás. La velocidad y sincronía de los mensajes entre los sistemas abiertos y la interdependencia de sus

partes, hacen pensar que no estamos ante “la máquina del universo” o “la máquina humana” de Newton y Descartes, sino ante un universo orgánico con características similares a los seres vivos. Por lo que avanzamos, cada vez más, hacia un cambio de paradigma sin precedentes, que modificará nuestro concepto de la realidad y de la condición humana, y por ende un nuevo enfoque de la salud.

## Un nuevo paradigma en salud

La Medicina, se ha retrasado en integrar los nuevos modelos sistémico-ecológicos, pues se apoyó, al igual que otras ciencias, en el modelo newtoniano-cartesiano para adquirir un estatus de cientificidad. De la influencia de este paradigma en el pensamiento médico, resultó el llamado *modelo biomédico*, que constituye la base conceptual de la medicina científica tradicional, donde el cuerpo humano es considerado como una máquina, la enfermedad como el funcionamiento defectuoso de los mecanismos biológicos que se estudian desde la biología celular y molecular, y la tarea del médico es intervenir, física o químicamente, para corregir las disfunciones de un mecanismo específico.

A partir del siglo XVII, nuestra cultura ha estado dominada por la concepción mecanicista que analiza el cuerpo humano desde el punto de vista de sus partes. La mente se separa del cuerpo, la enfermedad se ve como una avería de los mecanismos biológicos, y la salud se define como la ausencia de enfermedad. Hoy, esta concepción va siendo eclipsada poco a poco por una visión holista y ecológica que concibe el mundo como un sistema “viviente”, y que insiste en la relación y dependencia recíprocas de todos los fenómenos. Mientras que la medicina tradicional ignora en gran parte los aspectos emocionales y espirituales de la salud y la curación, *la medicina holística trata al individuo como un todo; el holismo es una filosofía que motiva el tratamiento del organismo como una unidad más que como partes individuales. Intenta llevar las dimensiones emocionales, sociales, físicas y espirituales de las personas en armonía y realza el papel de la terapia o tratamiento que estimula el propio proceso de curación.*

La práctica de la medicina se ha desplazado del consultorio y domicilio a los hospitales y allí, gradualmente, se ha ido despersonalizando e incluso deshumanizando. Es más, se ha podido determinar, haciendo un cálculo aproximado, que uno de cada cinco pacientes admitidos en un típico hospital

contrae una enfermedad iatrogénica, de estas, la mitad son el resultado de complicaciones debidas a los medicamentos suministrados, y más de un 10 por ciento son causadas por errores de diagnóstico. Igualmente, se ha comprobado que la mitad de las personas que acuden a las consultas médicas lo hacen por quejas que no están ligadas a ningún trastorno fisiológico, sino a factores psicológicos y de otra índole.

La autocuración psicosomática siempre se la relacionó, en el pasado, con la fe de un paciente en algún tratamiento: un fármaco, los poderes de un curandero, o un milagro. En un nuevo enfoque de la salud y de la enfermedad basado en el paradigma holista, deberían reconocerse las posibilidades que un individuo tiene de sanar directamente, cultivando y desarrollando los procesos naturales, fisiológicos y psicológicos, que facilitan la recuperación de la salud. En la práctica médica, consciente de las implicaciones de este enfoque, se advierte un fuerte cambio en el énfasis hacia formas más naturales de curación tendientes a disminuir el uso de fármacos y la manipulación química. Por otra parte, se observa que en esta práctica hay una fusión con la psicología y con la ecología, dado que cada vez parece más evidente que *la mayoría de las enfermedades son una reacción a un ambiente psíquica o emocionalmente perturbado.*

## Desarrollo del programa Medicina Holística

A partir del año 2000, en la Facultad de Medicina de nuestra Universidad de Los Andes, hemos desarrollado un programa de Medicina Holística en las unidades de Medicina Interna y Psiquiatría, como respuesta a este nuevo modelo y por la necesidad de aportar un enfoque de la medicina acorde al paradigma



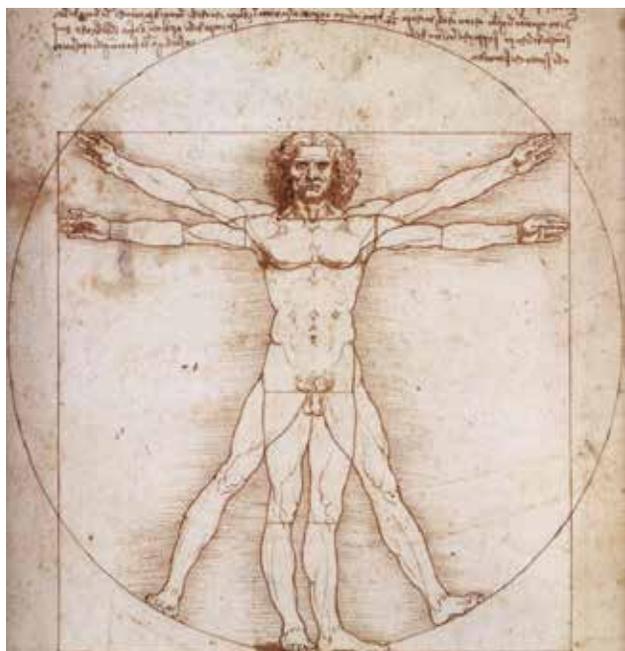
En el modelo biomédico, el cuerpo humano es considerado como una máquina. Foto archivo del CDCHTA.

emergente de la ciencia. Nuestro programa estudia la influencia de todos los factores: psicológicos, físicos y ambientales (toxicidad), socioculturales (estilo de vida y hábitos), factores de riesgo a enfermar, y biológicos sobre la salud y la enfermedad.

El programa consta de varios aspectos:

## Docencia

1. Se imparte un programa de Medicina Holística de 40 horas de duración en el cuarto año de la carrera de Medicina. Se enseñan de manera teórica y práctica, las evidencias científicas recientes sobre la multicausalidad de los desequilibrios y la etiopatogenia de las enfermedades: los mecanismos naturales de autocuración y autorregulación; la relación mente-cuerpo, el papel que desempeñan el estrés y distrés psicológicos en el desequilibrio hormonal, psicológico e inmunitario; el estrés oxidativo y la toxicidad crónica producto de la contaminación ambiental (alimentos, agua, aire, suelos, etc.); la nutrición clínica, con la que estudiamos las enfermedades o síntomas relacionados con los déficit o excesos nutricionales, además de la toxicidad alimentaria por el incremento en el uso de alimentos procesados (“comida chatarra”) o empobrecidos; las terapias psicofisiológicas como: el ejercicio físico, la nutrición, las técnicas de relajación, respiración, meditación, programación neurolingüística, desintoxicación fisiológica y psicoterapia de apoyo. Haciendo énfasis en que se requiere un proceso educativo, de toma de conciencia progresiva para el cambio de estilo de vida



Hombre de Vitruvio de Leonardo Da Vinci

por parte del médico y del paciente.

2. Se imparte la materia denominada Medicina Psicosomática y Holística para los alumnos del postgrado de Medicina Interna del Hospital Universitario de Los Andes.

## Investigación y publicaciones

En conjunto con los profesores y alumnos del Postgrado de Medicina Interna, desarrollamos una línea de investigación aprobada por el CDCHTA sobre “factores de riesgo para desarrollar enfermedades cardiovasculares en la consulta de medicina interna” de la cual se derivaron varias tesis de grado y publicaciones médicas. Actualmente están en desarrollo dos tesis sobre la presencia de ansiedad y depresión asociadas a enfermedad en los pacientes atendidos en el servicio de medicina interna del IAHULA.

## Textos

- *Medicina holística*. Molina, T. y González-Méndez, H. (2000). Consejo de publicaciones de la Universidad de Los Andes. Mérida. Primera reimpresión 2002.

- *El paradigma personal*. González-Méndez, H. (2001). Consejo de Publicaciones de la Universidad de los Andes. Mérida. Primera reimpresión 2005.

## Artículos:

- Tivizay Molina de González-Méndez (2009). Psiconeuroendocrino-inmunología. Emociones y enfermedad. En: *Med-ULA*. Revista de la Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes. Vol. 18, No. 2, pp. 155-163.

- Tivizay Molina de González-Méndez, María Manzanilla, Raimondo Caltagirone, Mariflor Vera y Adrian Torres (2006). Estrés y síntomas en médicos residentes del Postgrado del Hospital Universitario de Los Andes En: *Med-ULA*. Revista de la Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes. Vol. 14, No. 1-4.

- T. Molina (2000). Psiconeuroinmunología y cáncer. En: *Natura Medicatrix*. No. 56, pp. 6-11. Barcelona, España.

- A. Armario; O. Marti; T. Molina; J. de Pablo y M. Valdés (1996). Acute stress markers in humans: Plasma prolactin discriminates better than cortisol or glucose between two exams differing in the anxiety they provoke. En: *Psychoneuroendocrinology*. Vol. 21, No 1.

## Programa de extensión



Un modo más integrador de percibir e interpretar la realidad. Foto archivo del CDCHTA

## universitaria

Desde febrero del 2011 hemos venido impartiendo el taller “Enfermar para sanar” de un año de duración, dirigido a pacientes y médicos que deseen comprender el proceso de enfermar y sanar, además de adquirir herramientas de utilidad para el cambio de su estilo de vida. Se realiza en el Centro de Desarrollo Integral Humano, con un total de 30 participantes y una intensidad de dos horas quincenales.

## Propuestas de investigación interdisciplinaria

Exponemos algunas ideas y necesidades que se podrían investigar en los distintos ámbitos de la universidad, y que serían de gran utilidad y aplicabilidad comunitaria:

1. Presencia de tóxicos en el agua de consumo del estado Mérida (metales pesados, nitratos, dioxinas, bacterias, etc.).
2. Presencia de contaminantes ambientales en el aire producto de los escapes de motor.
3. Hábitos alimentarios de la población merideña.
4. Calidad y seguridad de los alimentos disponibles en las escuelas para la merienda escolar.
5. Calidad y seguridad de los alimentos que se expenden en el comercio.
6. Presencia de carcinógenos y cocarcinógenos en los alimentos.
7. Calidad y seguridad de los alimentos expendidos en el Hospital Universitario de Los Andes.

8. Contenido de agrotóxicos en las hortalizas y verduras.
9. Uso de agrotóxicos en los cultivos locales.
10. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población merideña.
11. Determinar los niveles de estrés en los diferentes grupos de población y sus causas.
12. Estrés-Distrés y asociación con enfermedades en la población merideña.
13. Frecuencia de ingesta alcohólica y su relación con accidentes de tránsito.
14. Hábito tabáquico en la población merideña.
15. Frecuencia de enfermedades relacionadas con el estilo de vida.

\*Médico internista. Profesora asociada, Unidad de Medicina Interna.

\*\*Médico Psiquiatra. Profesor titular, Unidad de Psiquiatría. Facultad de Medicina.  
E-mail: heritivi@yahoo.com

## Referencias

- Martínez Migueles, M. *El paradigma emergente: hacia una nueva teoría de la racionalidad científica*. Segunda edición, Trillas, México, 1997 (Primera edición, Gedisa, Barcelona, 1993).
- Capra F. *El punto crucial*. Integral, Barcelona, 1985.
- Engel, G. The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. En: *Science*, Vol. 196, abril 8, 1977.
- Molina, T. y González-Méndez, H. *Medicina holística. El enfoque de la medicina acorde con el paradigma emergente de la ciencia*. Consejo de publicaciones de la Universidad de Los Andes. Mérida, 2000.
- González-Méndez, H. *El paradigma personal*. Consejo de Publicaciones de la Universidad de Los Andes. Mérida, 2001.