

**ESTRATEGIA EDUCATIVA PARA PROMOVER LA MEDICINA NATURAL TRADICIONAL EN EL TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES CRÓNICAS DEL ADULTO MAYOR**  
**ESTRATEGIA EDUCATIVA PARA PROMOVER LA MEDICINA NATURAL TRADICIONAL EN EL TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES CRÓNICAS DEL ADULTO MAYOR**

Autor: Dra. Aimee González Canal

Especialista de 1<sup>er</sup> Grado en Medicina General Integral

Institución: Facultad de Ciencias Médicas de Mayabeque

Localidad: Mayabeque

**Introducción**

El siglo XXI se considera el siglo del envejecimiento mundial. Las personas de más de 60 años constituyen el grupo de población de más rápido crecimiento en el planeta. Este fenómeno que comenzó desde los años 50 de la pasada centuria, es hoy uno de los logros más importantes de la humanidad. Pero al mismo tiempo es fuente de preocupación para gobiernos y naciones debido a la readaptación social, económica, familiar e individual que exige.<sup>1</sup>

Según datos de las Naciones Unidas existen en el mundo en la actualidad 600 millones de ancianos, cifra que se duplicará para el 2025. América latina y el Caribe envejecen a un ritmo más rápido que el registrado en los países hoy desarrollados, existiendo hoy 44 millones de personas de 60 años y más. En Latinoamérica la vida media mayor, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) se encuentra en Cuba con 78.45 años.<sup>2,3</sup>

Cuba es uno de los países latinoamericanos más envejecidos. La magnitud alcanzada en este orden y la rapidez con que se ha transformado nuestra pirámide poblacional constituyen una preocupación en los años futuros. En Cuba, a partir del año 1959, se comenzó un trabajo muy serio desde el punto de vista social, legislativo, como de asistencia médica, que garantizará la salud y la asistencia social para los adultos mayores y el disfrute de una vejez con óptima calidad de vida. Cuba a pesar de ser un país en vías de desarrollo, cuenta con indicadores comparables con países desarrollados, como son una esperanza de vida al nacer de 78,45 años para ambos sexos, 80,45 años para la mujer y 76,5 años para el hombre, así como la esperanza de vida de los cubanos al llegar a los 60 años es de 22,33 años y a los 80 de 8,90 años más, aunque “Nadie es lo bastante viejo como para pensar que no pueda vivir un año más”. Cicerón De Senectute. 44 a de C. Al cierre del 2021, un total de dos

millones 400 mil 454 personas alcanzaron los 60 años y más, lo que representa el 21.6 %, contra 21.3 % al cierre del 2020, estimándose que para el año 2030 llegue a los 3 millones 304 mil 685, representando el 30.3% de la población, lo anterior coloca a nuestro país en una situación privilegiada dentro del hemisferio y al mismo tiempo señala la dedicación de recursos humanos y materiales que el Estado Cubano ha puesto al alcance de toda la población.

En la actualidad el 22,3 % de la población cubana rebasa los 60 años, encontrándose el país en la última etapa de transición demográfica, con baja tasa de fecundidad y descenso de la mortalidad en general. La provincia de Mayabeque en particular tiene un 21.8 % de adultos mayores, ocupando el décimo lugar a nivel nacional en este aspecto, siendo el municipio de Madruga el más longevo con 24.3 % de envejecimiento y San José de las Lajas presenta un 20 % de índice de envejecimiento, para el 2025 Cuba tendrá 156 personas mayores por cada 100 niños. En cuanto a la expectativa de vida se prevé que para el 2050 sea Cuba uno de los países más envejecidos del mundo.<sup>2,3</sup>

Los sistemas sanitarios y la sociedad en general deben ser capaces de asumir el gran reto que representa el envejecimiento, brindándole soluciones adecuadas a las consecuencias que del mismo se derivan; dentro de las entidades que pueden afectar la calidad de vida del Adulto Mayor están las enfermedades crónicas no transmisibles las cuales constituyen la nueva epidemia del siglo XXI (Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología), según la OMS su incremento es el resultado de una mayor esperanza de vida y una población envejecida.

La farmacología es un método de tratamiento común para enfermedades crónicas en el adulto mayor, la medicación puede ser efectiva en el manejo de síntomas y en la reducción de la carga de enfermedad en los pacientes. Sin embargo, la medicación puede tener efectos secundarios, interacciones con otras drogas y costos financieros, también puede haber efecto de adherencia en los pacientes, que pueden resultar en una reducción en la efectividad del tratamiento. Siendo la medicina natural y tradicional una alternativa en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles, y es cada vez más popular en todo el mundo, sin embargo, hay una falta de conocimiento y de conciencia sobre los beneficios de la medicina natural y tradicional el cual ha llevado a un uso inadecuado y a veces perjudicial de estas prácticas.

La población cubana se caracteriza por una alta cultura en cuestiones de salud. En este contexto los gerontes representan el conocimiento empírico y la sabiduría adquirida por generaciones previas, donde la medicina natural y tradicional empleada primordialmente ante la carencia de recursos, ha logrado mantenerse por su incuestionable garantía ante los más disímiles males y dolencias.

Los beneficios y la bondad de la medicina natural y tradicional no son cuestionables, con la misma se ha logrado ampliar el horizonte terapéutico convencional y ofrecer herramientas en la promoción,

prevención, tratamiento y rehabilitación de las enfermedades más prevalentes lo que justifica su aceptación por la población mayormente envejecida. <sup>4</sup>

Por lo que nos hemos propuesto a través de esta investigación la realización de un diseño sólido y apropiado para la promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de enfermedades crónicas en el adulto mayor , el análisis crítico y reflexivo de la literatura existente sobre la promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de enfermedades crónicas en el adulto mayor y un enfoque en el desarrollo de una estrategia educativa efectiva para promover la aceptación y adherencia del tratamiento con medicina natural tradicional en los adultos mayores con enfermedades crónicas.

Lo anterior nos condujo a precisar la siguiente **situación problemática:**

- Necesidad de promover la utilización por los médicos de la familia de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles, así como capacitarlos sobre los beneficios y posibles riesgos de su utilización.
- Existencia de una propuesta para promocionar la utilización de la medicina natural y tradicional como tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles dirigida a los médicos de familia, contribuyendo a elevar el nivel de conocimiento de los mismos desde un enfoque científicamente fundamentado en los referentes y antecedentes de las Ciencias.

**Determinando como Problema científico:**

¿Cómo contribuir a la promoción de la medicina natural y tradicional, en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles en el adulto mayor en los médicos de familia?

**El objeto de la investigación:**

- Promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles

**Campo de acción:**

- Médicos de la familia que laboran en los consultorios médicos del policlínico Rafael Echezarreta Mulkay, San José de las Lajas.

Por tanto, se plantea como **objetivo general de la investigación:**

- Diseñar una Estrategia Educativa para promover la Medicina Natural y Tradicional en el tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles en el adulto mayor dirigida a los médicos de la familia.

**La guía del proceder investigativo** se corresponde con el objetivo declarado, organizado a partir de las siguientes **Preguntas Científicas:**

- ¿Cuáles serían los antecedentes y referentes teóricos metodológicos que fundamentan la promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles presentes en el adulto mayor?
- ¿Cuál es el estado actual en la promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles por los médicos de la familia?
- ¿Qué componentes y elementos deben integrar la estrategia educativa de promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles dirigida a los médicos de la familia?

Para dar respuestas al componente anterior se formulan las siguientes **Tareas Científicas**.

- Fundamentación de los antecedentes y referentes teóricos metodológicos en la promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles presentes en el adulto mayor.
- Diagnóstico del estado actual en la promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles presentes en los médicos de la familia.
- Determinación de los componentes y elementos que integran la estrategia educativa de promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles dirigida a los médicos de familia.

**La línea de investigación a la que responde:** Longevidad Satisfactoria

#### **Métodos científicos:**

En el proceso investigativo, se manifiesta la concreción del **método dialéctico materialista**, al poner en claro que los diferentes métodos empleados, se articulan y actúan de forma conjunta para poder obtener los resultados esperados.

La fundamentación de los mismos teóricamente, es el resultado del procedimiento lógico del pensamiento.

- **Métodos teóricos**

**Método histórico – lógico:** Este método es útil en la revisión y evaluación de las investigaciones existentes sobre la integración de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en adultos mayores, también puede utilizarse para evaluar si las referencias echas a partir de los datos empíricos son apropiadas y bien fundadas, además de identificar limitaciones y lagunas en este tema.

**Método analítico –sintético:** Puede ser utilizado para analizar y comprender las diversas causas y consecuencias del uso de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades

crónicas en el adulto mayor, también se utiliza para evaluar y sintetizar la evidencia existente sobre la efectividad y seguridad de la misma e identificar y desarrollar soluciones innovadoras para los principales desafíos y limitaciones en este campo.

**Método de inducción-deducción:** Puede ser utilizado para identificar patrones en la investigación sobre los factores que favorecen o impiden la aceptación y el uso de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayor y puede formular teorías sobre las posibles relaciones entre estos factores e influir en los resultados más amplios de la integración de la medicina natural y tradicional en la atención médica de los adultos mayores.

**Enfoque sistémico-estructural-funcional :** Puede ser utilizado para entender como los diferentes aspectos del sistema de salud de los adultos mayores , el acceso a la atención médica , la política de salud y la investigación médica , contribuyen a la promoción y el uso de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayor, además puede ser utilizado para identificar y comprender las relaciones y las interacciones sobre estos diferentes aspectos y como pueden ser modificados para mejorarlos .

- **Métodos empíricos**

**Observación científica:** Se utiliza en este contexto para recopilar la información sobre el comportamiento de los participantes en relación con la promoción y la aceptación de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayor a través del estudio de interacciones en situaciones específicas , reuniones , entrevistas y los datos recopilados podían ser utilizados para identificar patrones y tendencias en el comportamiento de los participantes y obtener una mejor comprensión de sus percepciones y opiniones.

**Encuestas:** obtendrá una mayor información sobre los adultos mayores y los profesionales de salud que participaran en el estudio en relación con la promoción y la aceptación de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayor.

**Entrevistas:** se utilizaría para obtener una comprensión más detallada de los pacientes y profesionales de salud con respecto la promoción y la aceptación de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayor, así como identificar los factores y las barreras que pueden afectar la implementación y la efectividad de esta práctica.

**Análisis de los documentos:** A través de los mismos identificaría las fuentes de información y obtendría una comprensión más amplia y detallada de los procesos, las experiencias y las percepciones de los participantes, así como identificar patrones, tendencias en la práctica, los desafíos y las emociones asociadas a la promoción y la aceptación de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayor.

- **Métodos matemático y estadísticos**

**Estadística descriptiva:** Se utiliza en el procesamiento de los datos obtenidos a partir de los métodos empíricos declarados. Se construyen gráficos estadísticos y se utilizan indicadores para la obtención y procesamiento de los resultados

Se utilizó como técnica de investigación, la triangulación de fuentes para contrarrestar la información obtenida de diversas fuentes (visuales, documentales y opináticas), lo cual posibilitó establecer regularidades y orientar la elección de la vía de solución idónea a la problemática identificada.

### **Población y muestra**

La población la componen 20 Médicos que laboran en los consultorios médicos de la familia del policlínico Rafael Echezarreta Mulkay, de San José de las Lajas.

El tipo de muestra es intencional y coincide al 100 % con la población.

La presente investigación tiene una gran **actualidad** ya que las personas de 60 años y más, constituyen el grupo de población de más rápido crecimiento en el planeta, lo que constituye un logro importante de la humanidad y a la vez un reto debido a la readaptación social, económica, familiar e individual que exige este contexto, además el incremento de la esperanza de vida trae consigo una serie de cambios en esta etapa de la vida que determinan la aparición de comorbilidades que se asocian al consumo paralelo de varios medicamentos, los cuales condicionan la aparición de efectos adversos que afectan de forma negativa la calidad de vida del adulto mayor. En medio de este conflicto se impone la aplicación de estrategias educativas en la promoción de la medicina natural y tradicional como alternativa en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles, como una herramienta útil de fácil acceso para los médicos de familia los cuales al apropiarse de estos conocimientos enriquecerán su práctica asistencial con conductas terapéuticas más integrales favorecedoras de una mejor calidad de vida al adulto mayor

El diseño de una estrategia educativa en la promoción de la medicina natural y tradicional para el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles dirigida a los médicos de familia, podría ser considerado una **novedad científica** ya que a menudo se ha descuidado la utilización de la medicina natural y tradicional como alternativa de tratamiento, su integración con los tratamientos médicos convencionales todavía constituye un tema de debate en salud ya que es considerada como una opción menos válida en comparación con los mismos y proporcionara un nuevo significado y solución a los problemas que han estado presentes en la búsqueda de tratamientos más efectivos y más seguros para los adultos mayores.

Su **contribución a la práctica**, se manifiesta en qué través de este trabajo investigativo:

- Se aporta una estrategia educativa para promover la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles como una herramienta útil y de fácil acceso para los médicos de la familia.
- Mayor aceptación de la medicina natural y tradicional, al promoverla se aumenta la percepción de su efectividad en la sociedad en general.
- Mayor ahorro de gastos en la atención médica, ya que la medicina natural y tradicional proporciona un tratamiento alternativo más accesible y menos invasivo para los adultos mayores.
- Mayor participación en la toma de decisiones del adulto mayor sobre su atención médica al informarles sobre sus opciones de tratamiento utilizando como alternativa la medicina natural y tradicional.

### **Marco teórico**

#### 1. Medicina natural y tradicional. Antecedentes

Desde la más remota antigüedad el hombre ha tenido la necesidad natural e imperiosa, debido a su instinto de preservación, de desarrollar el arte de curar; en su lucha por subsistir ante la agresión del medio. El origen de la Medicina Natural y Tradicional (MNT) está íntimamente unido al de la humanidad y a la historia del hombre en su lucha por la supervivencia. Está considerada como la especialidad que incluye un conjunto de métodos y técnicas terapéuticas que consisten en restablecer el equilibrio en el individuo y entre él y el universo.<sup>5</sup> En los tiempos prehistóricos, los primeros seres humanos utilizaron una variedad de plantas e ingredientes naturales para tratar diversos problemas de salud, como el dolor y la infección, en este sentido se puede decir que la medicina natural tradicional es tan antigua como la humanidad misma.

La problemática del equilibrio entre la salud y la enfermedad ha sido planteada por el hombre a lo largo de la historia. Se pensaba al principio que las enfermedades eran originadas por el descontento de los dioses o por los demonios. Hace 2500 años aproximadamente, en las antiguas civilizaciones china, india y griega, fue sustituida la creencia en lo sobrenatural por la creencia de que la salud era el resultado de un equilibrio de las fuerzas naturales en el cuerpo, y que la enfermedad era la evidencia de su pérdida.<sup>6</sup>

A medida que la humanidad se desarrolló y evolucionó, las prácticas de la MNT se adaptaron a las culturas y comunidades locales, y se convirtieron en parte esencial de muchos sistemas de atención sanitaria en todo el mundo. Por ejemplo, en China nació y se desarrolló hace más de 3000 años, la acupuntura, en el Valle del Huang-Ho o Río Amarillo. En su primer dolor, el hombre primitivo, llevó la mano instintivamente a la zona dolorida y trató de calmarlo masajeándola, presionándola,

constituyendo esta la primera maniobra de digitopresura, luego utilizó espinas de bambú o de pescado hasta el descubrimiento de los metales, empleando agujas de oro y plata dando paso a la acupuntura , la medicina tradicional china se hizo popular hace varios milenios y se ha utilizado ampliamente en la región asiática como en Corea y Vietnam.

En la India, la Ayurveda es un sistema de medicina tradicional que se ha utilizado durante 5,000 años .se basa en la creencia de que el equilibrio entre la mente , el cuerpo y el espíritu es esencial para la salud y utiliza una combinación de plantas medicinales , cambios en el estilo de vida , terapias de desintoxicación y técnicas de relajación para tratar enfermedades crónicas.

En Occidente, la medicina natural y tradicional también tiene antecedentes históricos significativos, los jesuitas misioneros de la corte de Luis XIV de Francia visitaron China y acuñaron el nombre acupuntura (acus: aguja y puntura: punción). En 1809, Berlioz coloca la primera aguja, se extiende la práctica por toda Europa y actualmente se practica en Alemania, Austria, Rumania, Checoslovaquia, Suecia, Bélgica, Inglaterra, Italia y Rusia.<sup>7</sup> Durante esta época filósofos como Hipócrates promovieron el uso de hierbas medicinales y una dieta balanceada para prevenir y tratar enfermedades crónicas. Hoy en día la medicina natural y tradicional sigue siendo utilizada por millones de personas en todo el mundo como complemento o alternativa a la medicina convencional en el tratamiento

En las últimas décadas ,han surgido diferentes enfoques de la medicina natural y tradicional que se utilizan en todo el mundo ,incluyendo la acupuntura , la medicina herbal ,la homeopatía ,la medicina alternativa y otras prácticas .estos enfoques han sido objeto de varios estudios científicos y han demostrado una amplia gama de beneficios para la salud y su eficacia en la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles , algunos de estos estudios han demostrados que la MNT puede ser efectiva en la reducción de factores de riesgo para las mismas , como la hipertensión y la diabetes mellitus .

En la Asamblea Mundial número 29 , celebrada en 1978 en Ginebra, Suiza, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoció por primera vez la importancia de los profesionales de la medicina tradicional y natural y la de los medicamentos y técnicas que utilizan; estimula así el estudio de la utilidad potencial de esta y también promueve la utilización apropiada de los sistemas tradicionales de medicina como parte de los programas de asistencia primaria de salud y, como uno de los pilares básicos sobre los que debe sustentarse esta atención.<sup>5,8,9</sup>

En Cuba se aprobó en el año 1996 el Programa para el Desarrollo de la Medicina Tradicional y Natural y en 2002 se adoptó el Acuerdo No. 4282 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros, que establece un conjunto de medidas, entre las que se destaca la creación de un Centro Nacional

para el Desarrollo de la MTN, rector de todas las actividades del programa en el país, además de establecer las disposiciones para la consolidación de las estrategias y el desarrollo de la MTN.<sup>1,9,10</sup> Este programa está incluido en el Sistema Nacional de Salud, insertado en la Vice-Dirección de Asistencia Médica adjunta a las Direcciones Provinciales de Salud, y tiene carácter multidisciplinario.<sup>11</sup> Las modalidades de medicina natural y tradicional se encuentran definidas en la Resolución Ministerial No. 261 del 24 de agosto del 2009, las cuales incluye: fitoterapia, apiterapia, medicina tradicional asiática, ozonoterapia, homeopatía, terapia floral, hidrológica médica, heliotalaso terapia, ejercicios terapéuticos tradicionales y orientación nutricional naturista .<sup>5</sup>

Nuestro Ministerio de Salud Pública ha desarrollado un grupo de tareas encaminadas a lograr potenciar el Programa Nacional de Desarrollo de la MNT, involucra a otros organismos de la Administración Central del Estado, así como otras instituciones y organizaciones políticas y de masas. Un elemento prioritario ha sido el de la producción, comercialización y uso racional de los productos naturales,(8,11) por tal motivo se incentiva en todo el país a la siembra y mantenimiento de las plantas medicinales en órganos pónicos y canteros de instituciones de salud, y desde el año 2013 se incluyen en el Cuadro Básico de Productos Naturales no solo las habituales producciones locales de 34 fito-apifármacos, sino que se suman 34 productos elaborados a escala industrial, donde se encuentran varias líneas de apifármacos, fitofármacos y productos homeopáticos.(11) Estos medicamentos se encuentran a disposición de la población en todas las farmacias del país. En la provincia Mayabeque en todos sus municipios existen farmacias donde se comercializan dichos productos. El conocimiento y aplicación de los procedimientos y técnicas de este tipo de medicina tiene gran importancia, por cuanto es posible generalizar el uso de medicamentos y otros recursos de fácil adquisición, de poco costo y al alcance de todos.<sup>9</sup>

Si bien es necesario resaltar que la medicina tradicional y natural no sustituye la atención médica convencional, su inclusión en el abordaje de enfermedades como la diabetes y la hipertensión puede proporcionar beneficios adicionales y mejorar la calidad de vida de quienes padecen estas condiciones. Conociendo las potencialidades de la MNT en la medicina actual se influye de forma positiva en la población incentivando el uso racional de la misma con lo que se prevendría o curarían múltiples enfermedades.

### 1.1 Ramas de la medicina natural y tradicional

A medida que el hombre ha evolucionado se han ido desarrollando diferentes ramas de la medicina natural y tradicional para la cura de múltiples afectaciones, encontramos entre las ramas de la medicina natural y tradicional

- fitoterapia: consiste en el uso de las plantas de forma total o partes de estas con fines terapéuticos, ya sea solas o combinadas, así como sus extractos y formulaciones, sin la adición de otros principios activos, la mayor cantidad de fármacos actuales están basados en los principios activos de las plantas, la medicina herbaria es la forma más antigua de atención medica conocida por la humanidad.
- acupuntura: Es un procedimiento terapéutico chino Tshen Zin , que consiste en la terapéutica externa de estimulación a través de la inserción de agujas aplicadas en los puntos acupunturales del cuerpo humano los cuales presentan baja resistencia eléctrica y alta conductividad para regularizar la energía que fluye por los meridianos de acupuntura y alcanzar resultados de prevención o tratamiento así como accionar de forma reguladora y analgésica sobre las funciones fisiológicas .su vocablo se deriva del latín *acus*(aguja) y *pungere* (punción).
- Apiterapia: Terapéutica que utiliza los productos apícolas con fines curativos o de recuperación en una persona afectada por una o más condiciones de enfermedad desde el punto de vista naturópata.
- Medicina física: se entiende por las medidas físicas que se pueden tomar, con tal de tratar la situación patológica determinada de un individuo. Algunas de las prácticas incluidas en este grupo son:
  - La fisioterapia: comprende los ultrasonidos, la diatermia y otros agentes de energía electromagnética.
  - La hidroterapia: Utilización del agua de diversas maneras y aplicaciones para mantener la salud (duchas, bañeras calientes, fomentos, cataplasmas, vendas, baños de pie, etc.), es uno de los tratamientos más antiguos y en muchas culturas como Egipto, Persia, China, India e Israel.
  - El ejercicio terapéutico: Como el conjunto de métodos y técnicas que utilizan el movimiento físico con una finalidad terapéutica, modificables a cada sujeto o paciente, entendidos en el Taijiquan, Liangong el Qigong, el Hatha, Yoga
  - El masaje.
  - La movilización de articulaciones (manipulación) y las técnicas de inmovilización.
- Dietoterapia: Consiste en el consumo de alimentos integrales y suplementos dietéticos para conservar la salud y como tratamiento de algunas enfermedades, es la base de la medicina natural.

- Ozonoterapia: Es el uso terapéutico del ozono y sustancias ozonizadas en dosis reguladas, producidas para uso médico, por equipos generadores de este gas.
- Medicina física: se utiliza para tratar la situación patológica de un individuo, constituyen medidas físicas en las que incluye como algunas de sus prácticas, la fisioterapia (ultrasonidos, diatermia) y otros agentes de energía electromagnética.
- Terapia Floral: Terapéutica obtenida a partir de esencias florales, según los principios establecidos por el Dr. Edward Bach, que se utilizan para atender las características piscoemocionales de las personas y actúa integralmente en patologías psíquicas y orgánicas, sin distinción de un sistema floral en específico

### **Componentes y elementos que integran la estrategia educativa de promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles dirigida a los médicos de familia**

En las últimas dos décadas se ha venido utilizando con mucha fuerza las estrategias educativas para elevar y mejorar los conocimientos sobre diferentes temáticas, el tema de la Medicina Natural y Tradicional no escapa a esta tendencia.

Se define la estrategia educativa como un procedimiento (conjunto de acciones) dirigidos a cumplir un objetivo resolver un problema, que permita articular, integrar, construir, adquirir conocimientos en docentes y estudiantes en el contexto académico. También se define como todo método, técnicas, recursos o medios que son utilizados por los educadores para poder transmitir a sus alumnos sus conocimientos de la manera más práctica y efectiva.

El estado actual en la promoción de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles es complejo y varía significativamente entre diferentes regiones y contextos pero existe un creciente interés y aceptación por parte de la población, nuestro sistema de salud ha reconocido su valor como complementarias de la medicina convencional, pero aún enfrenta desafíos en términos de regulación, evidencia científica y aceptación en el ámbito profesional, la integración efectiva de estas prácticas en los sistemas de salud requiere un enfoque equilibrado que considere la seguridad, la eficacia y las necesidades de los pacientes. La medicina natural y tradicional es vista como una alternativa más sostenible y menos invasiva, alineándose con las tendencias actuales hacia la sostenibilidad en salud.

El médico de la familia juega un papel fundamental en la promoción y el uso responsable de la medicina tradicional, facilitando una atención integral que respete las creencias y prácticas culturales de los pacientes. Su función como educador integrador y defensor es clave para mejorar la salud de

las comunidades, garantizando un nivel más alto de seguridad y un seguimiento más adecuado de los pacientes que emplean esta modalidad de tratamiento.

Desde la formación del pre y posgrado en los programas de estudio de la carrera de Medicina de nuestro Sistema Nacional de Salud se incluye la medicina natural y tradicional como asignatura y especialidad, y se rechazan explícitamente los términos de complementaria y alternativa por no constituir una opción de la medicina convencional sino que se integra con sus diferentes modalidades con un enfoque intersectorial tanto en la investigación como en la producción y en el orden asistencial con los protocolos de actuación para el manejo de enfermedades frecuentes con indicaciones precisas, como parte del Programa de Nacional de Desarrollo de la medicina natural y tradicional

Mayabeque cuenta con una población en el 2024 de 335.254 habitantes, de ellos con 60 años y más, un total de 78.744 adultos mayores para un índice de envejecimiento de 23.4. Del total de 26800 habitantes diagnosticados al cierre del 2023 con Diabetes Mellitus el 55.6% (14908) correspondieron al grupo etario de 60 y más, en el caso de la Hipertensión Arterial se diagnosticaron 76164 habitantes y de ellos el 54.5% (41544) corresponden a los adultos mayores ,así como las Cardiopatías Isquémicas con un 68.9% (7303)de un total de 10589 diagnosticados y el Asma Bronquial con un 23.8% (9221).Enfermedades crónicas que constituyen las de mayor frecuencia en nuestra población y del total de pacientes atendidos en la atención primaria solamente un 42.8% (876678) fueron tratados con medicina natural y tradicional.

San José de las Lajas es el municipio cabecero de la provincia con una población total en el 2024 de 71.843 habitantes que representa el 21.4 % del total de la provincia , de ellos con 60 años y más, cuenta con 15.530 adultos mayores para un índice de envejecimiento de 21.8 presento estadísticas muy similares a la de la provincia , del total de 5004 habitantes diagnosticados con diabetes mellitus el 52.1% (2611) correspondieron al grupo etario de 60 y más, en el caso de la hipertensión arterial se diagnosticaron 12333 habitantes y de ellos el 52% (6418) corresponden a los adultos mayores ,así como las cardiopatías isquémicas con un 62.3% (1995) de un total de 3198 diagnosticados y el asma bronquial con un 28.7% (2352).

Fueron tratados con medicina natural y tradicional al cierre del 2023 un total de 169551, lo que constituyó un 37% del total de pacientes atendidos en la atención primaria.

Estos anteriores elementos justifican la necesidad de realizar capacitaciones y estudios para realizar una práctica racional de la medicina natural y tradicional lo cual favorecería la calidad en la atención a los pacientes sobre todo en su uso a nivel de la atención primaria de salud.

Se realizó un estudio pre-experimental para evaluar la efectividad en la aplicación de una estrategia educativa para elevar la promoción y el nivel conocimientos relacionados con la Medicina Natural y Tradicional y su utilización en las enfermedades crónicas no transmisibles, en médicos que laboran en los consultorios médicos de la familia del policlínico Rafael Echezarreta Mulkay, de San José de las Lajas.

### **Universo y muestra**

El Universo de estudio estuvo constituido por 20 médicos que laboran en los consultorios médicos de la familia del policlínico Rafael Echezarreta Mulkay, de San José de las Lajas.

La muestra coincidió con el universo por ser finita y cumplió con los criterios de inclusión.

### **Criterios de inclusión:**

1. Médicos que aceptaron participar en el estudio previo consentimiento informado (ver anexo I).
2. Especialistas de Medicina General Integral o residentes de la especialidad que se encuentran laborando en consultorios de la familia.

### **Criterios de exclusión:**

1. Médicos que presentaron algún impedimento ya sea profesional o personal que les imposibilitara participar.

### **Criterios de Salida:**

1. Abandono por decisión propia.

Los datos fueron recogidos a través del cuestionario, fuente de información primaria de la investigación, aplicada antes de la confección de la estrategia y creada por el autor. Dada las características de búsqueda de información rápida y económica se aplicó el cuestionario de preguntas (ver anexo II) inicialmente, luego se confeccionó la estrategia educativa (ver anexo III), diseñada para elevar la promoción y el nivel de conocimientos relacionados con la Medicina Natural y Tradicional en su utilización en las enfermedades crónicas no transmisibles, en la muestra de estudio.

**Estrategia educativa:** consta de dos etapas: diagnóstica y diseño.

Etapa diagnóstica: los conocimientos acerca de la Medicina Natural y Tradicional y su utilización en el tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles fueron identificadas utilizando un cuestionario y sobre las necesidades educativas se elaboró la Estrategia Educativa.

La muestra fue conformada por un grupo de 20 médicos que laboran en los consultorios médicos de la familia del policlínico Rafael Echezarreta Mulkay, de San José de las Lajas.

La Estrategia Educativa se planificó para impartirla en un período de 8 semanas, con una frecuencia de una vez por semana para cada grupo. Cada encuentro incluye conferencias y técnicas participativas, con una duración de 2 horas.

Se utilizó una complementación de la metodología cualitativa y cuantitativa a la luz del materialismo dialéctico.

### **Métodos del nivel teórico**

- **Histórico-Lógico:** Se utilizó para conocer el desarrollo histórico, la revisión y evaluación de las investigaciones existentes sobre la integración de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en adultos mayores y así poder argumentar acerca del estado actual del mismo. Además, para lograr un acercamiento al conocimiento sobre el tema en el grupo de estudio del Área de salud del policlínico Rafael Echezarreta Mulkay y cómo se ha comportado el desarrollo en el uso de las diferentes prácticas de Medicina Natural y Tradicional en los últimos años en el mundo, Cuba y Mayabeque.
- **Analítico-Sintético:** Se realizó el análisis y comparación de las diferentes literaturas existentes relacionadas con el problema científico. Encontrando que existen factores que condicionan la poca orientación del personal de salud en el tema, así como el grado de desconocimiento sobre los beneficios del uso de la Medicina Natural y Tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles
- **Inductivo-Deductivo:** En función de realizar un razonamiento orientado de lo general a lo particular en los diferentes momentos de la investigación o viceversa.
- **Modelación:** Este permitió modelar, a partir de los elementos teóricos, metodológicos y los datos empíricos obtenidos durante el proceso investigativo, la propuesta de una estrategia educativa con acciones dirigidas a capacitar a los médicos del policlínico Rafael Echezarreta Mulkay, de San José de las Lajas.

### **Métodos del nivel empírico**

**Observación científica:** Se utilizó en este contexto para recopilar la información sobre el comportamiento de los participantes en relación con la promoción y la aceptación de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayor a través del estudio de interacciones en situaciones específicas , reuniones , entrevistas y los datos recopilados y así identificar patrones y tendencias en el comportamiento de los participantes y obtener una mejor comprensión de sus percepciones y opiniones.

Encuesta: se obtuvo una mayor información los profesionales de salud que participaran en el estudio en relación con la promoción y la aceptación de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayor.

Entrevistas: se utilizaría para obtener una comprensión más detallada de los profesionales de salud con respecto la promoción y la aceptación de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayores e identificar los factores y las barreras que pueden afectar la implementación y la efectividad de esta práctica.

Análisis de los documentos: A través de estos identificamos las fuentes de información y obtuvimos una comprensión más amplia y detallada de los procesos, las experiencias y las percepciones de los participantes, así como identificamos patrones, tendencias en la práctica, los desafíos y las emociones asociadas a la promoción y la aceptación de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de las enfermedades crónicas en el adulto mayor.

Se estructuró la presente investigación desde una perspectiva cuantitativa. Se procesaron estadísticamente los datos obtenidos buscando generalizar la información que describe los planteamientos de cada uno de los encuestados.

### **Operacionalización de las variables**

Variable Tipo Operacionalización Indicador Escala Descripción

\* Nivel de conocimiento acerca de las enfermedades tratadas con MNT

Cualitativa nominal dicotómica

Satisfactorio 70-100% de respuestas correctas.

Insatisfactorio menos del 70% de respuestas correctas.

\* Nivel de conocimiento acerca de las terapias de tratamiento de MNT en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles

Cualitativa nominal dicotómica

Satisfactorio 70- 100% de respuestas correctas.

Insatisfactorio menos del 70% de respuestas correctas.

\*Complicaciones del uso de la MNT

Cualitativa nominal dicotómica

Satisfactorio 70-100% de respuestas correctas.

Insatisfactorio menos del 70% de respuestas correctas.

\* Nivel de conocimiento acerca de las técnicas más utilizadas en la medicina natural y tradicional.

Cualitativa nominal dicotómica

Satisfactorio 70-100% de respuestas correctas.

Insatisfactorio menos del 70% de respuestas correctas.

Según aplicación del cuestionario. Satisfactorio e Insatisfactorio, se realizó el análisis de los resultados confeccionándose una base de datos en el programa Excel para sintetizar toda la información y se resumió en frecuencias absolutas y porcentajes.

Aspectos éticos se diseñó una estrategia educativa para promover el uso de la medicina natural y tradicional en los médicos que laboran en los consultorios de la familia en el área de Salud del policlínico Rafael Echezarreta Mulkay, de San José de las Lajas, lo cual nos facilitó la introducción de los mismos en los tratamientos de diferentes afecciones y dirigida a suplir los conocimientos y las habilidades requeridas por el personal médico. Se pidió a todos los encuestados seleccionados su consentimiento para participar en el estudio. Se explicó el carácter voluntario, se insistió en el carácter confidencial de los datos y el manejo anónimo de los participantes, con el uso de códigos de identificación. La autonomía se mantuvo desde la decisión individual de participar o no en la investigación, por lo que cada médico leyó, en presencia del investigador, la información necesaria y oportuna sobre el estudio, para posteriormente ambos firmar el acta de consentimiento informado. Se sostuvo una interacción justa y benéfica con los colaboradores. Siguiendo de esta forma los principios de Autonomía, Beneficencia, No Maleficencia y Justicia

### **Diseño de la estrategia educativa**

La estrategia de educativa consiste en el accionar encaminado a retribuir las necesidades educativas de los colaboradores.

Para la ejecución de este trabajo se utilizó un programa educativo para aplicar conocimientos MNT en el tratamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles y sensibilizar a los profesionales de la salud y promover la realización de la misma.

Título: Uso de la Medicina Natural y Tradicional en Enfermedades Crónicas No Transmisibles para Médicos de la familia.

Policlínico Rafael Echezarreta Mulkay, de San José de las Lajas.

#### **\* Objetivo**

Capacitar a los médicos de la familia en el uso de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), promoviendo un enfoque integral y seguro en la atención al paciente.

#### **\* Componentes de la Estrategia**

##### **1. Diagnóstico de Necesidades**

- Encuesta Inicial: Realizar una encuesta para evaluar el nivel actual de conocimiento, actitudes y prácticas sobre medicina natural y tradicional entre los médicos de la familia del área de salud Policlínico Rafael Echezarreta Mulkay, de San José de las Lajas.

- Identificación de Temas Clave: Determinar las áreas en las que los médicos sienten más necesidad de formación.

## 2. Desarrollo de Contenidos Educativos

- Módulos de Capacitación:

- Introducción a la Medicina Natural y Tradicional: Definiciones, historia y principios básicos.

- Evidencia Científica: Revisión de estudios que respalden el uso de tratamientos naturales en ECNT.

- Prácticas Comunes: Presentación de hierbas, remedios y técnicas tradicionales relevantes para condiciones como diabetes mellitus, hipertensión arterial, cardiopatía isquémica, asma bronquial, etc.

- Interacciones con Medicamentos: Información sobre posibles interacciones entre la medicina convencional y tratamientos naturales.

## 3. Metodología de Enseñanza

- Talleres Presenciales y Virtuales: Organizar sesiones interactivas con expertos en medicina natural y tradicional.

- Estudios de Caso: Analizar casos clínicos donde se haya utilizado medicina natural, discutiendo resultados y aprendizajes.

- Seminarios Web: Ofrecer charlas en línea con especialistas en medicina tradicional para facilitar el acceso a la información.

## 4. Materiales de Apoyo

- Guías Prácticas: Crear manuales y folletos que resuman tratamientos naturales específicos, sus usos y precauciones.

- Base de Datos: Desarrollar una base de datos en línea con información actualizada sobre medicina natural y tradicional, accesible para los médicos.

## 5. Evaluación y Seguimiento

- Evaluaciones Pre y Post Capacitación: Medir el conocimiento adquirido mediante cuestionarios antes y después de la capacitación.

- Encuestas de Satisfacción: Recoger feedback sobre la utilidad de los módulos y talleres para mejorar futuras capacitaciones.

## 6. Red de Apoyo y Colaboración

- Creación de Grupos de Estudio: Formar grupos de discusión entre médicos para compartir experiencias y casos sobre el uso de medicina natural.

-Colaboraciones Interdisciplinarias: Establecer conexiones con profesionales de la medicina tradicional y natural para fomentar el intercambio de conocimientos.

#### 7. Promoción de la Investigación

- Fomento de Proyectos de Investigación: Incentivar a los médicos a participar en estudios que evalúen la efectividad de la medicina natural en el tratamiento de ECNT.

- Publicación de Resultados: Establecer canales para que los médicos compartan sus hallazgos y experiencias en conferencias y revistas especializadas.

#### 8. Concienciación sobre Ética y Seguridad

- Ética en la Práctica: Incluir módulos sobre la ética en el uso de medicina natural y tradicional, enfatizando la importancia de la seguridad del paciente y la evidencia científica.

- Consentimiento Informado: Capacitar sobre la importancia de informar a los pacientes sobre los riesgos y beneficios de los tratamientos naturales.

#### Resultados Esperados

- Aumento en el conocimiento y la confianza de los médicos sobre el uso de la medicina natural y tradicional.

- Mejor integración de tratamientos naturales en la atención a pacientes con ECNT.

- Promoción de un enfoque más holístico y centrado en el paciente en la práctica médica.

#### Estructura del Programa de Capacitación

El programa se dividirá en módulos, cada uno con un enfoque específico. Se propondrá un cronograma de capacitación que incluya conferencias, talleres y sesiones de seguimiento.

#### Duración del Programa

-Total del Programa: 6 semanas

- Frecuencia: 1 sesión por semana

- Duración de Cada Sesión: 2 horas

#### Cronograma Detallado

Semana	Actividad	Descripción	Duración
1	Conferencia Introdutoria	Introducción a la medicina natural y tradicional. Historia y principios básicos.	2 horas
2	Taller sobre Evidencia	Revisión de estudios sobre medicina natural en ECNT.	2 horas

	Científica	Discusión de casos clínicos.	
3	Módulo de Prácticas Comunes	Presentación de hierbas y remedios para diabetes, hipertensión, etc.	2 horas
4	Taller de Interacciones Medicamentos	Información sobre interacciones entre medicina convencional y tratamientos naturales.	2 horas
5	Estudio de Casos	Análisis de casos clínicos donde se ha utilizado medicina natural.	2 horas
6	Evaluación y Cierre	Evaluación del conocimiento adquirido y discusión sobre la aplicación práctica.	2 horas

#### Metodología de Enseñanza

- Conferencias: Presentaciones interactivas con expertos en medicina natural y tradicional, utilizando presentaciones visuales y materiales impresos.
- Talleres: Actividades prácticas donde los médicos pueden aprender sobre la preparación de tratamientos naturales y su aplicación.
- Estudios de Caso: Análisis en grupos pequeños, fomentando el debate y el intercambio de ideas y experiencias.

#### Materiales de Apoyo

- Guías Prácticas: Entrega de manuales que resuman lo aprendido en cada módulo.
- Recursos en Línea: Acceso a una plataforma en línea con materiales adicionales, artículos de investigación y foros de discusión.

#### Evaluación y Retroalimentación

- Cuestionarios Pre y Post Capacitación: Para medir el conocimiento inicial y la mejora después de cada módulo.
- Encuestas de Satisfacción: Recoger impresiones sobre la utilidad y la calidad de las sesiones.

#### Seguimiento Post-Capacitación

- Reuniones de Seguimiento: Programar encuentros mensuales durante 3 meses después de la capacitación para discutir experiencias y resolver dudas sobre la implementación de tratamientos.

- Grupo de Estudio: Crear un grupo de discusión en línea para fomentar el intercambio de conocimientos y experiencias entre los participantes.

#### Resultados Esperados

- Aumento en el conocimiento y confianza de los médicos sobre el uso de medicina natural y tradicional.
- Mejor integración de estos tratamientos en la atención a pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles, mejorando la calidad de vida de los pacientes.

Esta estrategia busca empoderar a los médicos para que utilicen la medicina natural y tradicional de manera efectiva y segura, mejorando así la atención y los resultados de salud de sus pacientes su estructura permite una capacitación completa y efectiva, asegurando que los médicos no solo adquieran conocimientos teóricos, sino que también desarrollen habilidades prácticas para aplicar la medicina natural y tradicional en su práctica diaria.

#### Referencias bibliográficas

1. Roca Goderich R. Temas de Medicina Interna. 5ta ed. Tomo I. Cap. 23. Gerontología y Geriatria. La Habana: Ciencias Médicas; 2017.p. 113-43.
2. OMS. Informe Mundial sobre el envejecimiento y la Salud. La Habana: OMS; 2015.
3. Dirección Nacional de Estadísticas. Anuario Estadístico de Salud 2017. La Habana: MINSAP; 2018.
4. Acosta –Perdomo YD, Vega-Alejo AA, Jach-Rabelo M, Oliva –Martínez M. Conocimientos sobre la medicina natural y tradicional y su indicación por médicos de la atención secundaria. Medimay (internet).2017(citado 21/09/20209; en:<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/09/18/Albanes-Claudia.pdf>).
5. Pulsan A, García Collado M, Fernández Ortega M, Torres Quiala M. Fitoterapia y apiterapia en la obra de José Martí. Revista Información Científica. 2015;92(4):945-55. Acceso: 26/09/2017. Disponible en:  
<http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/212/1384>
1. Zúñiga Monier B, Caballero Orduño A. La medicina tradicional y natural y los ensayos clínicos: un reto de las ciencias médicas en el siglo XXI. MEDISAN. 2016;20(4):578-85. Acceso: 16/10/2017. Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192016000400019&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192016000400019&lng=es)
- 7.4. Alonso Méndez HC, Acosta Buergo JA. Algunas reflexiones sobre la ética de la Medicina Tradicional China en la Medicina Tradicional y Natural en Cuba. Revista Cubana de Medicina Natural y Tradicional. 2018;2(1). Acceso: 15/04/2017. Disponible en:

<http://revmnt.sld.cu/index.php/rmnt/article/view/40/45>

8. González Rodríguez R, Cardentey García J. Conocimiento sobre Medicina Natural y Tradicional por residentes de Medicina General Integral. Rev. Med. Electrón. 2016;38(5):689-96. Acceso: 26/09/2017. Disponible en:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242016000500004&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242016000500004&lng=es)

9. Ecured. Medicina Natural y Tradicional en Cuba. Ecured: Enciclopedia cubana. 2017. Acceso: 21/10/2017. Disponible en:

[https://www.ecured.cu/Medicina\\_tradicional\\_y\\_natural\\_en\\_Cuba](https://www.ecured.cu/Medicina_tradicional_y_natural_en_Cuba)

10. OMS. Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023. OMS. 2013. Acceso: 26/09/2017.

Disponible en: [http://www.who.int/topics/traditional\\_medicine/WHOstrategy/es/](http://www.who.int/topics/traditional_medicine/WHOstrategy/es/)

11. Ministerio de Salud Pública. Programa para el desarrollo y la generalización de la Medicina Natural y Tradicional. La Habana: MINSAP; 2011.