

# CREENCIAS ERRÓNEAS, MITOS Y PSEUDOTERAPIAS SOBRE EL CÁNCER



**Asociación Española  
Contra el Cáncer**

Infocáncer 900 100 036  
[www.aecc.es](http://www.aecc.es)



## ¿TE HAS QUEDADO CON ALGUNA DUDA? PODEMOS AYUDARTE.

Si tienes preguntas o necesitas apoyo con algún aspecto de tu vida diaria, nuestro equipo de profesionales te atenderá las 24H.

Todos nuestros servicios son gratuitos y estamos aquí para ayudarte.

Llámanos al 900 100 036 o entra en [24horas.aecc.es](http://24horas.aecc.es)

Edita:

**Asociación Española Contra el Cáncer**

Amador de los Ríos, 5. 28010 Madrid

Tel. 91 319 41 38 / Fax 91 319 09 66

[www.aecc.es](http://www.aecc.es)

Revisada por el Comité Técnico Nacional de la **aecc**

® 2019 - Asociación Española Contra el Cáncer

Quedan reservados todos los derechos. Queda expresamente prohibida la reproducción, copia y/o distribución de la totalidad o parte de estos materiales, por cualquier medio, sin la autorización previa y expresa de la **aecc**.



Este folleto tiene como objetivo aclarar las **creencias erróneas** generadas en torno al cáncer, creencias que generan muchas dudas, preocupación y miedo, tanto a los pacientes durante el proceso de la enfermedad como a sus familiares.

Queremos ayudar a identificar los **mitos** que han surgido con ellas, y las múltiples pseudoterapias generadas, algunas de ellas sin valor científico y otras sin resultados concluyentes.

Pretende servir de guía y apoyo también a los distintos profesionales sanitarios que lo puedan necesitar.



# PRÓLOGOS

*Es comprensible que una persona a la que le acaban de diagnosticar un cáncer sufra una especie de terremoto que le ocasiona perplejidad y angustia al tener que enfrentarse a una enfermedad desconocida.*

*Por eso me parece una iniciativa excelente la elaboración de esta guía informativa para pacientes y familiares, auspiciada por la Asociación Española Contra el Cáncer, que les aportará luz y tranquilidad y sobre todo aliviará el dolor y la culpabilidad al resolver parte de sus dudas y poder así, ayudar a enfrentar la batalla que tienen que lidiar.*

Dra. Esperanza Blanco  
Jefa Servicio Oncología Médica Hospital Infanta Cristina - Badajoz

*Los cánceres a menudo se manejan a través de comités multidisciplinares y asistencias a conferencias sobre cáncer donde oncólogos médicos, oncólogos quirúrgicos, oncólogos radioterápicos, patólogos, radiólogos y oncólogos especializados en órganos se reúnen para encontrar la mejor gestión posible para un paciente individual teniendo en cuenta los factores físicos, sociales y psicológicos, y el estado emocional del paciente.*

*Los tres componentes que han mejorado la supervivencia en el cáncer son:*

- 1. **Prevención:** mediante la reducción de los factores de riesgo, como el consumo de tabaco y alcohol.*
- 2. **Diagnóstico precoz:** detección de cánceres comunes y diagnóstico completo.*
- 3. **Tratamiento:** manejo multimodal por discusión en el panel tumoral y tratamiento en un centro integral de cáncer.*

*Y gracias a estos avances se ha logrado aumentar la supervivencia de los pacientes con cáncer y por eso es importante que **DERRIBEMOS** los muros del mito y los tabúes de los pacientes con cáncer y sus familias: y esta guía viene a intentar dar luz y conocimiento en este sentido, a explicar a los pacientes y a sus familias ciertos "mitos" sobre el cáncer y explicarles la realidad de esta enfermedad en la que día a día estamos avanzando más en su curación.*

*Estoy seguro de que esta guía les será de gran utilidad.*

Fernando García Urrea  
Oncólogo Radioterápico Hospital Infanta Cristina- Badajoz  
Presidente Comité Técnico AECC



# MITOS

Según la RAE, la palabra “mito”, proviene del griego *mýthos* y significa:

1. m. Narración maravillosa situada fuera del tiempo histórico y protagonizada por personajes de carácter divino o heroico.
2. m. Historia ficticia o personaje literario o artístico que encarna algún aspecto universal de la condición humana. *El mito de don Juan*.
3. m. Persona o cosa rodeada de extraordinaria admiración y estima.
4. m. Persona o cosa a la que se atribuyen cualidades o excelencias que no tiene. Su fortuna económica es un mito.

Existen numerosos mitos en torno al cáncer, su origen, prevención y/o curación. Nos parece muy importante abordarlos, pues generan expectativas erróneas, sensación de descontrol, confusión, desconfianza, etc.

## ¿CUÁLES SON LOS MÁS FRECUENTES?

### *“El cáncer es contagioso”*

**No, nunca.** El cáncer no es una enfermedad infecciosa, por tanto, no se puede contagiar de una persona a otra. Sin embargo, cuando se padecen determinadas enfermedades infecciosas como el SIDA o la hepatitis (provocadas por un virus), existe un mayor riesgo de padecer algunos cánceres. En estos casos, se transmiten el SIDA o la hepatitis y el cáncer es una posible evolución de estas enfermedades.

### *“El cáncer es hereditario”*

**Es poco probable.** Sólo en algunos casos existe una cierta predisposición para padecer determinados tipos de cáncer (suponen un 5-10% del total de cánceres), el 90% restante son esporádicos, es decir, no se transmiten por herencia. Por lo que, el que haya distintos casos de cáncer en nuestra familia, no significa necesariamente que tengamos más probabilidades de padecerlo nosotros. En caso de que fuera genético, habría que seguir los medios de diagnóstico precoz indicados por su médico.

### ***“El cáncer siempre duele”***

**Posiblemente, no.** El cáncer no tiene por qué doler. La aparición de dolor depende de la zona en que se localiza el tumor. Pero, en cualquier caso, existen gran cantidad de opciones de tratamiento contra el dolor que controlan, en un porcentaje muy elevado de los casos, las molestias del paciente.

### ***“Ya no podré trabajar ni hacer nada”***

**Depende de cada persona.** En ocasiones, la enfermedad o los tratamientos hacen que la persona tenga algún grado de deterioro físico, y necesite, temporalmente, más reposo y descanso. Sin embargo, la mayoría de las personas pueden seguir realizando las actividades diarias habituales y, dependiendo del tipo de trabajo, no necesitan abandonarlo.

### ***“Si no se tienen muchos efectos secundarios es porque no está haciendo efecto el tratamiento”***

**No tiene nada que ver.** Los efectos secundarios del tratamiento no se relacionan con la eficacia del mismo, dependen del tipo y dosis de la terapia y de la sensibilidad del paciente. Es decir, que el hecho de no presentar síntomas no significa que la terapia no esté siendo efectiva.

### ***“No se puede saber nunca si el tratamiento funciona”***

**No es cierto.** Para conocer cómo responde un cáncer al tratamiento, es preciso realizar una serie de pruebas que permitan valorar al médico la evolución del mismo. Sólo después de dicho estudio se podrá conocer si el tratamiento ha sido eficaz.

El médico indicará qué pruebas son necesarias y cuándo es el momento más indicado para su realización.

### ***“Tengo que comer cosas especiales para curarme”***

**En la mayoría de las ocasiones NO es preciso modificar la dieta.** En general, es recomendable realizar una alimentación equilibrada y saludable (como cualquier persona no enferma). Un buen estado de nutrición permite tolerar mejor las terapias.

Con algunos tumores y/o tratamientos es necesario modificar, temporalmente, la dieta para minimizar o hacer desaparecer algún síntoma molesto. Una vez que dicho síntoma desaparece, se puede reinstaurar, poco a poco, la dieta habitual. En estos casos, el médico te proporcionará recomendaciones y consejos sobre la dieta para realizarla de la mejor forma.

### ***“Me curaré antes si tomo remedios naturales”***

**No es cierto, ni aconsejable.** La creencia de que existen remedios naturales que puedan ayudar al paciente a curarse de su enfermedad y que son inofensivos está muy extendida. Sin embargo, dicha afirmación no es correcta.

Generalmente, no existen estudios científicos serios sobre estos remedios o tratamientos alternativos que evidencien su eficacia contra el cáncer.

No se debe llevar a cabo ningún tipo de medida o terapia alternativa desconocida sin consultarlo previamente con el equipo médico. Puede ser perjudicial o interferir con la terapia o los resultados de las pruebas.

### ***“Si me pinchan el tumor o lo biopsian, seguro que se extiende la enfermedad”***

**No.** Las punciones o las citologías son métodos diagnósticos ampliamente probados y, si se realizan con la técnica correcta y en los casos en los que esté indicado, es muy improbable que se provoque una diseminación o extensión de la enfermedad.

### ***“El estrés y los problemas emocionales causan cáncer y/o lo empeoran, tengo que mantenerme positivo o no me curaré”***

**No.** Los estudios que se han llevado a cabo para determinar si existe conexión directa entre el estrés y el cáncer no han demostrado ninguna relación entre ambos. El pronóstico del cáncer depende de una serie de factores como la localización, la extensión y la velocidad del crecimiento. También del estado de salud previo y la respuesta del organismo al tratamiento, es decir, no existe una relación causa-efecto.

Lo que sí es cierto, es que un estado anímico óptimo ayuda a afrontar mejor la enfermedad y sus tratamientos desde el punto de vista psicológico.

### ***“El cáncer es una lotería, si te toca, te toca; no se puede prevenir”***

**No es cierto.** Existen una serie de tumores que sí pueden prevenirse (cáncer de pulmón, cáncer de colon...), otros pueden detectarse en fases premalignas, es decir, antes de que aparezca el cáncer (cáncer de cuello uterino) y otros pueden detectarse en fases precoces, como es el caso del cáncer de mama.

De los diferentes tipos de cáncer, se conocen algunos de los factores que los producen. Si se evitan dichos factores o se modifican adoptando una serie de hábitos saludables, se podrá disminuir el riesgo de padecer dicho cáncer. Por ejemplo: el tabaco aumenta el riesgo de padecer cáncer de pulmón, vejiga y renal, si evitamos su consumo evitaremos, en gran medida, el desarrollo de la enfermedad.

### ***“Las pruebas de diagnóstico precoz (cribado o screening) se hacen sólo a los que tienen molestias”***

**No es correcto.** Cuando se realizan pruebas de cribado o screening para algún tipo de cáncer, se hacen en personas aparentemente sanas que no poseen ningún síntoma de enfermedad. Generalmente, estas pruebas se realizan en la población que tiene más riesgo de desarrollar dicha enfermedad. Por ejemplo, la incidencia de cáncer de colon aumenta por encima de los 50 años, por lo que la prueba de detección del mismo se aplica en la población de dicha edad.

### ***“Un diagnóstico de cáncer es sinónimo de muerte irremediable e insufrible”***

**No es cierto.** Hoy en día, este mito debe ser desterrado de una sociedad como la nuestra. No sólo porque cada vez se consigue la curación de una mayor proporción de casos de cáncer, sino porque en un número importante de casos sus síntomas pueden ser controlados de forma adecuada.

Más de la mitad de las personas con cáncer se curan y, en otro porcentaje importante, el cáncer se convierte en una enfermedad crónica en la que los pacientes pueden permanecer estables durante un tiempo y además poseer una aceptable calidad de vida.

### ***“Si no se puede operar es que no tiene cura”***

**No es cierto.** Hay cánceres que se pueden controlar o superar aunque la cirugía no sea posible, como es el caso de las leucemias, que afectan a las células de la sangre. En la actualidad existen tratamientos como la quimioterapia y la radioterapia que pueden ser el tratamiento más indicado para controlar un tipo de tumor concreto.

Ningún tratamiento por sí mismo es más curativo que otro, sino que dependerá del tipo de tumor y su localización, es decir, para cada caso de cáncer existe uno o varios tratamientos concretos.

### ***“Si me encuentro bien y me intervienen el cáncer, la enfermedad se extenderá”***

**No es cierto.** Nunca un tratamiento va a hacer que la enfermedad empeore. En general, es frecuente que un cáncer responda a los tratamientos y se consiga su desaparición. Sin embargo, en ocasiones, aunque la terapia sea la más adecuada, el cáncer puede ser resistente a la misma y no responder, con lo que la enfermedad no disminuye, e incluso puede seguir creciendo.

Esto no significa que el tratamiento haya empeorado o extendido la enfermedad, sino que no ha sido eficaz en este paciente.

### ***“Si me dan muchos tratamientos es porque estoy muy grave”***

**No es cierto.** En la actualidad el tratamiento del cáncer es multidisciplinar, es decir, distintas especialidades médicas trabajan en equipo para elaborar un plan de tratamiento más eficaz. Se combinan las terapias para ofrecer al paciente las mayores posibilidades de curación de la enfermedad.

Por tanto, recibir varios tipos de terapias no significa que la enfermedad sea más grave, o que la persona esté peor, sino que se aplican varios tratamientos para mejorar su eficacia.

### ***“La quimioterapia mata lo bueno y lo malo”***

**No es cierto.** La quimioterapia se encarga de destruir las células que tienen un crecimiento anormal o muy rápido que son las malignas. Pero tenemos en nuestro organismo células que se reproducen a un ritmo muy rápido también y que no son cancerosas y, con frecuencia se ven afectadas (las células de la sangre, por ejemplo). Además, la quimioterapia puede tener efectos secundarios que en ocasiones producen limitaciones y síntomas limitantes y es por lo que mostramos más malestar.

### ***“La morfina te la dan cuando ya vas a morir”***

**No es cierto.** La morfina es un fármaco muy eficaz contra el dolor, que se debe utilizar en el caso de que este no ceda con otros medicamentos. Por tanto, no sólo debe administrarse en los últimos momentos de la enfermedad, sino siempre que se precise para mejorar la calidad de vida del enfermo.

### ***“El alcohol no puede hacer que tenga cáncer”***

**Falso.** El alcohol aumenta el riesgo de padecer cáncer de boca, esófago, laringe, estómago e hígado. Este riesgo se potencia si se asocia al consumo de tabaco.

### ***“Los suplementos de vitaminas reducen el riesgo de tener cáncer”***

**Falso.** Los estudios actuales sugieren que aquellas personas que ingieren mayor cantidad de frutas y verduras en su dieta habitual poseen menor riesgo de padecer determinados tipos de cáncer.

¿Qué son los antioxidantes? Como resultado del metabolismo normal se producen una serie de sustancias oxidantes que lesionan los distintos tejidos y que son los responsables del envejecimiento normal de los mismos y, en ocasiones, de las lesiones precursoras del cáncer. Los antioxidantes se encuentran en las frutas y verduras, entre otros alimentos, y destruyen los productos derivados de la oxidación, protegiendo los tejidos del daño que pudieran causar los mismos.

Son antioxidantes la vitamina C, la E, el selenio, los carotenoides... (La vitamina C y la E son las únicas que cumplen la función de antioxidantes. Y la pro-vitamina A también).

Importante: los estudios demuestran que el consumo de frutas y verduras reduce la probabilidad de tener algunos tipos de cáncer, pero no hay evidencia de que los suplementos como tal tengan la misma función.

### ***“Los edulcorantes artificiales causan cáncer”***

**Falso.** Los edulcorantes (como la sacarina o el aspartamo) no aumentan el riesgo de padecer cáncer.

Determinados estudios realizados con sacarina, empleada a grandes dosis, en ratas de laboratorio han puesto en evidencia que puede promover el desarrollo de cánceres vesicales por poseer una acción erosiva sobre la mucosa. Sin embargo, estudios epidemiológicos en humanos no han demostrado aumento de la incidencia de cáncer de vejiga.

### ***“Los alimentos transgénicos tienen relación con la aparición de cáncer”***

**Falso.** No existen estudios científicos que hayan relacionado los alimentos transgénicos con procesos oncológicos.

Estos alimentos se modifican mediante técnicas de bioingeniería. Contienen genes no propios, es decir, genes provenientes de un organismo donante, que les confieren una característica nueva y mejorada respecto al organismo equivalente no transgénico. Pero no cambian los genes de la persona que los consume.

### ***“Tomar café produce cáncer”***

**Falso.** Hace años un estudio científico relacionó la ingesta de café con el aumento del riesgo de padecer cáncer de páncreas; sin embargo múltiples estudios de los últimos años no han encontrado relación alguna con el café y un aumento del riesgo de padecer dicho cáncer; incluso algunos evidencian beneficios y un posible papel protector frente al cáncer de colon.

### ***“La manera de cocinar los alimentos no influye en el riesgo de padecer cáncer”***

**Falso.** Es importante evitar alimentos muy fritos o muy asados a la parrilla, ya que la fuente calórica alcanza grandes temperaturas y además el alimento está en contacto directo con ella, por lo que los alimentos se queman con mayor facilidad, produciéndose benzopirenos (sustancias cancerígenas).

Asimismo, no se debe abusar de alimentos preparados con humo (ahumados), salazones, o conservados en vinagre (producción de nitrosaminas).

### ***“Los fluoruros causan cáncer”***

**No.** Los fluoruros se administran como tratamiento preventivo de la caries, bien en la pasta de dientes o añadidos al agua. En investigaciones llevadas a cabo con estas sustancias no se ha observado un aumento del riesgo de padecer cáncer.

### ***“Los aditivos causan cáncer”***

**No.** Los aditivos están presentes en un número muy variado de alimentos pero en cantidades muy pequeñas (según el reglamento existente). Se puede indicar que los aditivos autorizados no son perjudiciales para la salud, ya que se emplean a unas dosis en las que no se produce ningún tipo de toxicidad o peligro, incluso si se consumieran de forma excesiva.

### ***“Los alimentos irradiados pueden causar cáncer”***

**No.** No existe evidencia de que el consumo de este tipo de alimento aumente el riesgo de cáncer. Se irradian determinados alimentos con el objeto de matar los organismos dañinos que podrían acelerar la destrucción del mismo. La radiación no permanece en el alimento irradiado tras el tratamiento.



### ***“El azúcar causa cáncer o hace que empeore”***

**Falso.** Hay diferentes teorías que respaldan la idea de que el consumo de azúcar está directamente relacionado con la aparición del cáncer o su empeoramiento. Cuando hablamos de azúcar, normalmente hacemos referencia a la sacarosa, o azúcar de mesa, que resulta de la unión de una molécula de glucosa y otra de fructosa. Sin embargo, existen, además de la sacarosa, otras formas de azúcar, como por ejemplo, la lactosa (azúcar de la leche) o la fructosa (azúcar de la fruta). De todas las moléculas citadas anteriormente, la glucosa constituye la principal fuente de energía de nuestro organismo.

A través de diversos mecanismos, en los que interviene el páncreas, la glucosa llega a las células para que éstas puedan vivir y realizar sus funciones de manera adecuada.

El cáncer está formado por células que característicamente presentan mutaciones, y éstas les confieren la capacidad de reproducirse a una velocidad mucho más rápida que el resto de células de nuestro organismo. Estas células malignas, al igual que las sanas, utilizan como principal fuente de energía para desarrollar sus funciones la glucosa, pero necesitan de una cantidad mayor puesto que crecen de manera más rápida.

Esta afirmación no debe confundirse con la idea de que las células malignas crecen más rápido si la persona ingiere más azúcar en su dieta, sino que consumirán mayor cantidad porque su metabolismo así lo requiere.

Existen diversos estudios sobre la relación entre el consumo de azúcar y diferentes tipos de cáncer, pero ninguno de ellos es concluyente.

Lo que sí debemos recordar es que el sobrepeso y obesidad son factores de riesgo frente algunos tipos de cáncer, como el de mama o el de colon y que, la ingesta elevada de azúcares de absorción rápida favorece la obesidad. Por lo que es recomendable evitar el exceso de azúcares refinados y preferir los hidratos de carbono complejos, que son más saludables.

### ***“La obesidad no aumenta el riesgo de cáncer”***

**Falso.** Las personas con sobrepeso tienen un riesgo más elevado de padecer determinados tumores (mama en postmenopáusicas, colon, endometrio y recto) que la población con peso normal.

### ***“El cáncer es una enfermedad moderna”***

**No es cierto.** Existen registros sobre esta enfermedad en la era egipcia. Registros que datan del 4000 a.C. Lo que ocurre es, que en la actualidad, existen más avances que hacen que sea más fácil la detección precoz y el diagnóstico de la enfermedad.

***“Existe una cura o productos que curan pero hay intereses que no permiten que se divulgue”***

**Falso.** No hay ningún producto que conozcamos (alimentos, semillas, frutas, cítricos, etc) que curen el cáncer. Las industrias farmacéuticas investigan continuamente para desarrollar nuevos fármacos que sean eficaces. Lo que permite que haya una mayor supervivencia y calidad de vida.



***“La ondas electromagnéticas, cables de alta tensión y telefonía causan cáncer”***

**Falso.** Existen numerosos estudios que demuestran que no se puede concluir que exista una relación.

***“Los desodorantes causan cáncer”***

**Falso.** Actualmente no existen estudios que indiquen de manera segura que aumente el riesgo de padecer cáncer por el uso de desodorantes.

***“El cáncer te toca, da igual lo que hagas”***

**Falso.** Está demostrado que el 60% de los cánceres pueden prevenirse evitando factores de riesgo como tabaco, alcohol, vida sedentaria, alimentación inadecuada... Así como con medidas de detección precoz, es posible identificar también lesiones premalignas.

### *“El té previene el cáncer”*

**Falso.** El té verde contiene gran cantidad de antioxidantes, motivo por el cual algunos investigadores han propuesto que puede ser beneficioso. Sin embargo, aún no se ha podido demostrar este beneficio en personas.

### *“Las plantas pueden ayudarnos a protegernos del cáncer”*

**Falso.** Algunos de los compuestos presentes en muchas plantas o productos de herbolarios pueden tener posibles efectos beneficiosos sobre los seres humanos. Hasta el momento se han reconocido como beneficiosos compuestos como los denominados flavonoides (presentes en cítricos, cerezas, manzanas, cebollas, grosellas, tomates, uvas...) con un papel antioxidante. Pero no hay evidencia científica de que haya que consumir dichos productos de forma exclusiva, sino como parte de una alimentación variada y equilibrada con abundancia de frutas y verduras, que es lo saludable.

Consumir agua del grifo o de las botellas no tiene repercusiones sobre la salud en lo referente a posibles riesgos de padecer cáncer.





### ***“Los envases de plástico pueden causar cáncer, incluso el agua embotellada”***

**Falso.** Los materiales plásticos que se utilizan para envasar los alimentos están constituidos por diferentes tipos de sustancias de las que pequeñas moléculas pueden migrar al producto durante el proceso de fabricación del envase, el llenado o el almacenamiento. Estas sustancias pueden tener efectos indeseables sobre la salud -en ocasiones- si se superan los límites que marca la legislación sobre materiales plásticos en contacto con alimentos.

La mayor parte de las investigaciones realizadas al respecto han arrojado como conclusión que el uso de estos materiales, siempre que cumplan la legislación vigente, y se sigan las normas de correcta utilización, son seguros para la salud, y no se ha encontrado correlación con aumento de riesgo de cáncer. Se sabe que los recipientes de plástico rígido a base de policarbonato que contienen el aditivo BPA o Bisfenol A sí lo pueden liberar al contenido.

Pero la cantidad de esa sustancia que se libera generalmente es mínima, aunque se está reevaluando constantemente a nivel científico para descartar que sea potencialmente dañino. Y por un principio de precaución, en Europa está prohibido su uso en productos destinados para la lactancia y la edad temprana.

En general, podemos indicar que las autoridades sanitarias se ocupan de regular estos temas para evitar riesgos para la salud, por lo que no hay que prestar oídos a los bulos que puedan circular a nuestro alrededor.



# PSEUDOTERAPIAS

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se trata de:

“Conjunto de prácticas, enfoques, conocimientos y creencias sanitarias diversas que incorporan medicinas basadas en plantas, animales y/o minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios aplicados de manera individual o en combinación para mantener el bienestar, además de tratar, diagnosticar y prevenir las enfermedades.”

“Hacen referencia a un grupo amplio de prácticas sanitarias que no forman parte de la tradición de un país o no están integradas en su sistema sanitario predominante.”

Puede hablarse de terapia alternativa y/o complementaria:

## **MEDICINA ALTERNATIVA**

Hace referencia a aquella que se utiliza en lugar de la medicina convencional. Un ejemplo es el uso de un suplemento dietético como tratamiento del cáncer en lugar de la quimioterapia recomendada por el oncólogo.

## **MEDICINA COMPLEMENTARIA**

Aquella que se utiliza conjuntamente con la medicina convencional.

Es recomendable siempre, comentar con nuestro oncólogo todas las terapias complementarias que realicemos, porque pueden producir interacciones con nuestro tratamiento.

Los pacientes y/o familiares cuando están en un proceso de enfermedad, se encuentran en una etapa mucho más vulnerable en la que se realiza una búsqueda de soluciones y alternativas para superar su enfermedad oncológica, por lo que se encuentran mucho más receptivos para aceptar “otras vías”.

Pueden resultar peligrosas, si hacen que el paciente se aleje del objetivo médico, o bien por las características de la práctica, que cause daños físicos. También pueden suponer un problema económico.

## ¿Están reguladas por la ley en nuestro país?

Muchos de los productos utilizados en la medicina complementaria y alternativa están comercializados bajo el epígrafe de **complementos alimenticios**. En España la comercialización legal de estos productos está sujeta a las disposiciones del Real Decreto 1275/2003, de 10 de octubre, relativo a los complementos alimenticios.

En esta normativa se recoge en lo relativo al etiquetado, la presentación y la publicidad de estos productos, que **no atribuirán a los complementos alimenticios la propiedad de prevenir, tratar o curar una enfermedad humana, ni se referirán en absoluto a dichas propiedades**.

La Agencia Española de Seguridad Alimentaria es la institución encargada de evaluar si alguna de estas sustancias puede ser peligrosa para la salud pública.

Los medicamentos homeopáticos se rigen por el Real Decreto 2208/1994, de 16 de noviembre, que regula los medicamentos homeopáticos de uso humano de fabricación industrial, por la Ley 25/1990, de 20 de diciembre del Medicamento, y demás normativas vigentes para los medicamentos convencionales. Han de ser aprobados por la Dirección General de Farmacia y Productos Sanitarios del Ministerio de Sanidad.

El uso de plantas medicinales es una tradición arraigada en muchos países. Sin embargo, la calidad de la información científica que sostiene el uso de cada una de ellas es muy variable. Lo que determina el Real Decreto 1345/2007 en su trasposición de la Directiva europea es que sólo puedan denominarse como medicamentos aquellos productos a base de plantas que hayan superado los estándares de calidad, eficacia, seguridad e información que se exige a los medicamentos.

Queda por tanto prohibida la comercialización como medicamentos de los productos del registro especial de plantas medicinales que no hayan sido autorizados como tales por la AEMPS. Ello no quiere decir que los productos no puedan ser comercializados al amparo de una legislación diferente a la de medicamentos pero, en tal caso, no podrán hacer referencia a propiedades terapéuticas o preventivas que les hagan tener la consideración de medicamentos. En este sentido, cabe recordar que los productos que se ofrecen respondiendo a la definición de medicamento y que no hayan sido evaluados y autorizados por la AEMPS, tienen la consideración de medicamentos ilegales.

**El Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad publicó el 19 de diciembre de 2011 el primer documento de análisis de situación de las terapias naturales.** Se trata de un documento descriptivo en el que se identifican y analizan 139 técnicas en el ámbito de las terapias naturales.



La evidencia científica disponible sobre su eficacia es muy escasa y si bien en la mayoría de los casos estas terapias son inocuas, no están completamente exentas de riesgos. El documento también recoge que a día de hoy no existe una regulación global sobre terapias naturales en ningún país occidental.

**Te recomendamos que te informes y te asesores con tu oncólogo médico, sobre la idoneidad de los productos que te sean ofertados.**

### ***¿Cómo podemos asegurarnos de la posible fiabilidad de alguna terapia no convencional?***

Si decides utilizar terapias complementarias selecciona cuidadosamente al profesional que la va a administrar.

Infórmate de la evidencia científica (no sólo de historias personales) sobre la eficacia de esa terapia y la aplicabilidad a tu situación particular.

Conoce los riesgos y los beneficios que puedes esperar en tu caso concreto.

Si piensas utilizar terapias complementarias hazte primero estas preguntas:

- ¿Qué riesgos tiene este tratamiento?
- ¿Superan los beneficios que puedo esperar a los riesgos?
- ¿Qué efectos secundarios puede tener?
- ¿Puede interferir con el tratamiento convencional?
- ¿Qué contraindicaciones tiene?
- ¿Ha sido probada la eficacia de este tratamiento mediante ensayos clínicos?
- ¿Cubre la Seguridad Social o mi seguro médico este tratamiento?
- ¿Está cualificada la persona que ofrece este tratamiento?

Ten siempre en cuenta:

Cuando observes en la publicidad de un producto o tratamiento términos como “innovador”, “curación milagrosa”, “rápida curación”, “producto exclusivo”, “nuevo descubrimiento”, “efectos milagrosos o mágicos”, “terapia”, sé prudente y cauteloso.

No utilices un producto “testado científicamente” o una terapia sólo porque has visto publicidad en Internet o porque algunas personas te dijeron que funcionó para ellas. Una técnica que se ha mostrado eficaz en un área, puede ser considerada pseudoterapia en otra. Por ejemplo, la terapia hiperbárica, con ámbito de aplicación legítimo en descompresiones, es una pseudoterapia en el tratamiento del autismo. Por lo que, es importante que la realización de cualquier práctica y/o terapia la lleve a cabo siempre un profesional acreditado y cualificado.

En el caso de productos de medicina complementaria y alternativa comercializados como complementos alimenticios o suplementos dietéticos has de saber que no puede publicitar en su etiquetado ni ser comercializado indicando que puede tratar, curar o prevenir una enfermedad, por ejemplo el cáncer.

Sospecha si observas afirmaciones como que los médicos han conspirado para que un producto llegue al público o que algo cura varias enfermedades no relacionadas a la vez (cáncer, SIDA, psoriasis y hepatitis). No existe ningún producto que pueda tratar todas las enfermedades.

### **Habla con tu médico.**

**Infórmale sobre la terapia que estás considerando utilizar para que pueda asesorarte sobre sus efectos, eficacia e interacciones con los medicamentos que puedas estar tomando.**

**Consulta información emitida por fuentes fidedignas sobre medicina complementaria y alternativa. Por ejemplo, información procedente del Ministerio de Sanidad, de la Organización Mundial de la Salud y bases de datos médicas como PubMed que contiene resúmenes de estudios científicos sobre medicina complementaria y alternativa.**

Listado de las pseudoterapias expuestas en el documento publicado por El Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad publicado el 19 de diciembre de 2011:

### **SISTEMAS INTEGRALES O COMPLETOS**

- Homeopatía
- Medicina naturista
- Naturopatía
- Medicina tradicional china
- Acupuntura
- Ayurveda

### **PRÁCTICAS BIOLÓGICAS**

- Fitoterapia
- Terapia nutricional
- Tratamientos con suplementos nutricionales y vitaminas

### **PRÁCTICAS DE MANIPULACIÓN Y BASADAS EN EL CUERPO**

- Osteopatía
- Quiropraxia, quiromasaje y drenaje linfático
- Reflexología
- Shiatsu y sotai
- Aromaterapia

### **TÉCNICAS DE LA MENTE Y EL CUERPO**

- Yoga
- Meditación, curación mental, oración
- Kinesiología
- Hipnoterapia, sofronización
- Musicoterapia, arteterapia y otras

### **TÉCNICAS SOBRE LA BASE DE LA ENERGÍA, terapias del biocampo y terapias bioelectromagnéticas**

- Qi-Gong o Chi-Kung
- Reiki
- Terapia floral
- Terapia biomagnética o con campos magnéticos



# RESUMEN Y CONCLUSIONES

- El cáncer no se contagia. Nunca.
- El cáncer no se hereda como una posesión: solo un 10% tiene predisposición familiar.
- El cáncer no tiene una única causa concreta (no es causa-efecto).
- No hay ningún alimento concreto que provoque cáncer o que lo cure, es decir, es multicausal.
- El cáncer no se cura con una actitud positiva: ayuda a vivir el proceso de una manera más saludable y óptima y a atender a los cuidados personales necesarios para aliviar los efectos de la enfermedad, pero se precisan los tratamientos oncológicos adecuados.
- El cáncer no es muerte irremediable, sufrimiento y dolor: muchas veces el cáncer se cura y cuando no es posible curar, podemos frecuentemente frenar, cronificar, cuidar y ofrecer calidad de vida.
- No confíes en tratamientos de tipo alternativo que no tengan estudios con evidencia científica, y avalados por las autoridades sanitarias nacionales (Ministerio de Sanidad). Pueden no solo no ser beneficiosos, sino ser perjudiciales. Por favor, nunca dejes un tratamiento propuesto por tus médicos por nada que prometa “curarlo casi todo”, por muy “natural” que parezca.
- Estar alerta y desconfiar de todos los tratamientos que responsabilicen directamente al paciente de su curación o no curación, quitando valor a los tratamientos habituales.
- Es importante favorecer la investigación para demostrar la eficacia e idoneidad de complementar varias terapias, para asegurarse de que no se asumen riesgos innecesarios y de no permitir que se juegue con la inseguridad que se vive en esos momentos.

En conclusión, las pseudoterapias son fraudes ya que se hacen pasar por disciplinas científicas. Hacen alejarse a pacientes y familiares de la medicina basada en la evidencia, que es la que ha demostrado con estudios científicos que tiene capacidad para curar o cuidar. Y por esto ninguna es inofensiva. Y muchas no sólo juegan con las esperanzas y miedos de las personas, sino que tienen ánimo de lucro, lo que constituye un fraude.

La persona que más conoce tu enfermedad es tu médico y debe ser tu persona de confianza. El diagnóstico y elección de tratamiento son momentos muy críticos y vitales, pero es importante que sepas, que existen numerosos recursos donde poder informarte y asesorarte para resolver todas tus inquietudes y miedos.

## **¿TE HAS QUEDADO CON ALGUNA DUDA? PODEMOS AYUDARTE.**

Si tienes preguntas o necesitas apoyo con algún aspecto de tu vida diaria, nuestro equipo de profesionales te atenderá las 24H.

Todos nuestros servicios son gratuitos y estamos aquí para ayudarte.

Llámanos al 900 100 036 o entra en [24horas.aecc.es](http://24horas.aecc.es)

## BIBLIOGRAFÍA Y SITIOS WEB

- [www.aecc.es](http://www.aecc.es)
- [www.aecc.es/Investigacion/observatoriodelcancer/Paginas/Observatorio-delcancer.aspx](http://www.aecc.es/Investigacion/observatoriodelcancer/Paginas/Observatorio-delcancer.aspx)
- [www.apetp.com](http://www.apetp.com)
- [www.msssi.gob.es](http://www.msssi.gob.es)
- [www.cgcom.es/observatorio-omc-contra-las-pseudociencias-intrusismo-y-sectas-sanitarias](http://www.cgcom.es/observatorio-omc-contra-las-pseudociencias-intrusismo-y-sectas-sanitarias)
- [www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/seguridad\\_alimentaria/subdetalle/plasticos.htm](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/seguridad_alimentaria/subdetalle/plasticos.htm)
- [www.aemps.gob.es/informa/notasInformativas/medicamentos\\_UsoHumano/medPlantas/2011/NI-MUH\\_06-2011\\_plantasMed.htm](http://www.aemps.gob.es/informa/notasInformativas/medicamentos_UsoHumano/medPlantas/2011/NI-MUH_06-2011_plantasMed.htm)
- [www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/seguridad\\_alimentaria/detalle/complementos\\_alimenticios.htm](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/seguridad_alimentaria/detalle/complementos_alimenticios.htm)
- [www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad\\_alimentaria/gestion\\_riesgos/Preguntas\\_respuestas\\_BPA.pdf](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad_alimentaria/gestion_riesgos/Preguntas_respuestas_BPA.pdf)
- [www.efsa.europa.eu/en/topics/topic/bisphenol](http://www.efsa.europa.eu/en/topics/topic/bisphenol)
- [www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/Libro\\_MITOS\\_ONCOLOGIA\\_web.pdf](http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/Libro_MITOS_ONCOLOGIA_web.pdf)

**Asociación Española  
Contra el Cáncer**

Infocáncer 900 100 036  
[www.aecc.es](http://www.aecc.es)

