



EsSalud Centro Colaborador de la Organización Mundial de la Salud en Medicina Tradicional y Complementaria 2023-2026

Un Centro Colaborador es propuesto por la Organización Mundial de la Salud para formar una red internacional de instituciones que desarrollan actividades en colaboración y para apoyar el programa de la OMS en un tema específico, como en este caso la Medicina Tradicional y Complementaria

El Seguro Social de Salud (EsSalud), a través de la Gerencia de Medicina Complementaria, Gerencia de Línea de la Gerencia Central de Prestaciones de Salud, logró la designación como Centro Colaborador de la Organización Mundial de la Salud en Medicina Tradicional y Complementaria para las Américas, reconocimiento trascendente para el Perú en enero del 2019 por el periodo de 2019-2022. Posteriormente, después de la evaluación respectiva y los resultados obtenidos, se logró su redesignación el 12 de diciembre del 2022 para el periodo 2023-2026.

Esto representa ser uno de los dos Centros Colaboradores de la OPS/OMS en Medicina Tradicional y Complementaria en la Región de las Américas y el único de América Latina y, en consecuencia, del país que se encuentra actualmente desarrollando acciones en conjunto con la OPS/OMS, en base a un Plan de Trabajo.

Por ello, el 23 de marzo de este año, se realizó una ceremonia protocolar para celebrar este reconocimiento, que inició con un agradecimiento ancestral, y contó con la participación de representantes de EsSalud y de la OPS/OMS, quienes saludaron esta ratificación y coincidieron con la importancia del trabajo en conjunto que permita mejorar el cuidado integral de la persona, familia y comunidad.



Presidencia Ejecutiva de EsSalud junto al Dr. Jonás Gonseth (izq.), Oficial Mayor de la OMS coordinador del Centro Colaborador en diciembre 2022.



Dr. Carlos Roberto Garzón representante de la OPS/OMS en Perú; Dra. Cecilia Bedoya Gerente de Prestaciones de Salud de EsSalud en marzo 2023.



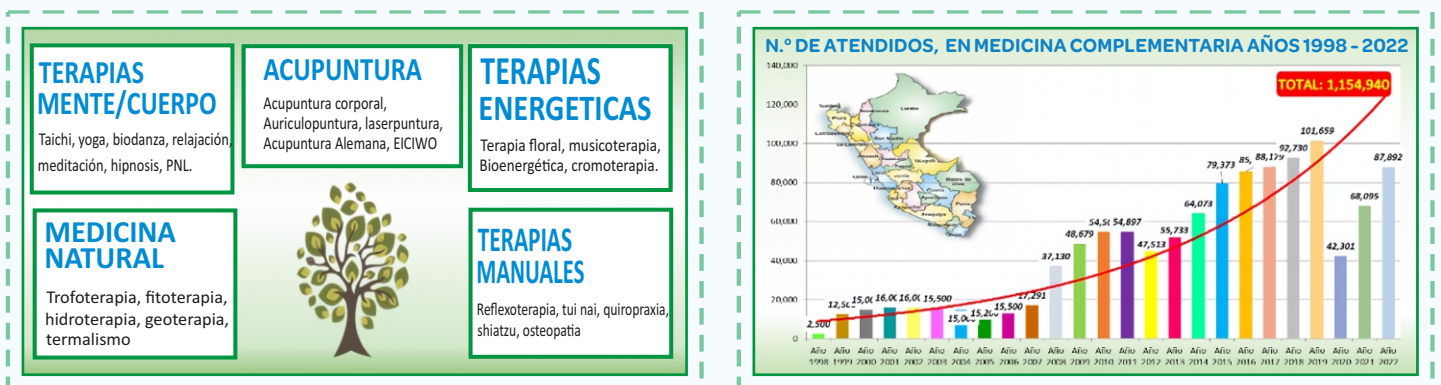
Primer centro colaborador de la Organización Mundial de la Salud en el Perú: la Gerencia de Medicina Complementaria de EsSalud

La Medicina Tradicional y Complementaria (MTC) es una estrategia que la Organización Mundial de la Salud (OMS), viene desarrollando desde Alma Ata en 1978, donde se reconoce que la Medicina Tradicional es un recurso de los servicios de atención primaria de salud que podría contribuir al mejoramiento de los resultados sanitarios, además, puede aportar en el cumplimiento de los «Objetivos de Desarrollo del Milenio», otorgando un acceso equitativo y completo a la salud.

El Seguro Social de Salud, desde el año 1998, abrió las puertas del sistema de salud público peruano a la medicina tradicional y complementaria. Después de 21 años de la creación de medicina complementaria, el 25 de enero de 2019, la Gerencia de Línea de Medicina Complementaria de la Gerencia Central de Prestaciones de Salud, es designada como Centro Colaborador de la OMS, para Medicina Tradicional y Complementaria para las Américas.

Ser un Centro Colaborador de la OMS es un reconocimiento y, a la vez, una responsabilidad, reconocimiento como un centro de excelencia para la Medicina Tradicional y Complementaria, y la responsabilidad de trabajar junto con la OMS para sistematizar y desarrollar la temática seleccionada. Las actividades que se implementarán en el CC por cuatro años, están dentro de un plan de trabajo concertado con la OMS y está orientado, fundamentalmente, a la investigación y a la capacitación, es un trabajo en conjunto con todas las instituciones peruanas y americanas que desarrollan el tema; el centro colaborador es un articulador para el desarrollo del área y tiene un rol muy importante en el adelanto de la MTC en la región de las Américas. Sin embargo, no es solo la responsabilidad de EsSalud, sino de todo el país, el Perú como un impulsor de la recuperación y valoración de la cultura americana, es por ello que tendrá que tejer relaciones y coordinaciones con muchas instituciones nacionales e internacionales y con todos los países de la región.

Villar López M. Primer centro colaborador de la Organización Mundial de la Salud en el Perú: la gerencia de medicina complementaria de EsSalud. Rev. per. med. integr. [Internet]. 9 de octubre de 2019 [citado 26 de marzo de 2023];4(2):40-1. Disponible en: <https://rpmi.pe/index.php/rpmi/article/view/508>



Se concluyó la evaluación integral del procedimiento terapéutico de Medicina Complementaria Terapia Floral, y Terapia Neural, por ello, queda sin efecto la suspensión de estos procedimientos terapéuticos y podrán seguir ofertándose a los asegurados (Memorando Circular N°108-GCPS-ESSALUD-2022 y Memorando Circular N°227-GCPS-ESSALUD-2022, respectivamente). Asimismo, se sigue evaluando el procedimiento terapéutico de Medicina Complementaria Homeopatía, por ende, sigue en suspensión (Memorando Circular N°102-GCPS-ESSALUD-2021).

Hace calor ¡bebamos agua!

El equilibrio del agua en el cuerpo, así como, el de las sustancias disueltas en ella, es fundamental para la vida. Por ello, se debe tener cuidado de la deshidratación, o los golpes de calor en las épocas de verano, y cuidar de los niños y ancianos que son los más vulnerables a los cambios extremos de temperatura.

No hay fórmula exacta para indicar cuánta agua hay que beber, pero la literatura científica indica que el cuerpo humano está constituido por más del 60% de agua, el cerebro contiene aproximadamente 75%, los riñones 80%, sangre 76% y así sucesivamente. Lo cual significa que tenemos que reponer o mantener ese equilibrio de líquidos en el organismo para que haya un adecuado funcionamiento de los órganos y sistemas.¹

No obstante, la literatura nos sugiere beber 8 vasos de agua al día. Además, es preciso mencionar que la ingesta del agua varía según la edad, sexo, actividad física, peso corporal, etc. Por ejemplo, los atletas necesitarán mayor cantidad de agua para reponer lo que pierden a través

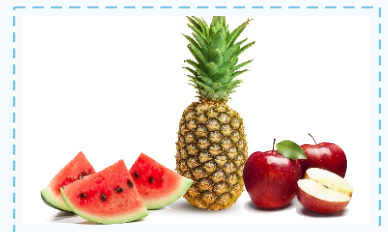
del sudor o por las exigencias musculares. Se puede vivir varias semanas sin ingerir alimento, pero sólo sobreviviríamos unos pocos días al ser privados del agua. La sed suele ser un mecanismo de alerta eficaz para procurar al organismo una hidratación correcta en los adultos sanos; sin embargo, no ocurre lo mismo en lactantes, enfermos y personas mayores, puesto que en ellos la sensación de sed se encuentra reducida.^{1,2}



Ingesta de agua a través de los alimentos³

Los alimentos son una muy buena fuente de agua, y las frutas y algunas verduras aportan sales minerales y nutrientes claves que regulan a los electrolitos y las funciones del cuerpo.

- Sandía. - Más del 92% de su composición corresponde al agua, y aporta vitaminas (A y C) y sales minerales (potasio, magnesio y fósforo).
- Manzana.- Se compone hasta en un 86% de agua, con alto contenido de antioxidantes, vitaminas y fibra. Su ingesta regular ayudaría a prevenir el deterioro de las células cerebrales.
- Piña.- Con gran contenido de agua, vitamina C, tiamina y una enzima llamada bromelina que le confiere sus principales beneficios.
- Lechuga y espinaca. - Contienen hasta 90% de agua, vitaminas (A y C), minerales y antioxidantes que previenen diversas enfermedades.
- Apio.- Con más del 95% de agua, aporta vitamina K, potasio y vitamina B9, necesaria para la formación y mantenimiento de las células.
- Tomate.- Es uno de los alimentos más ricos en agua. Tiene alto contenido de licopeno, poderoso antioxidante que protege a las células y previene el envejecimiento. Se puede consumir como jugo, al natural y en casos de insolación se pueden poner rodajas de tomate en la parte afectada.



¹ González Corbella, MJ. Hidratación y salud. Offarm [internet] Sep 2006 [citado 26 de marzo 2023]; 25(8): 80-87, Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-el-agua-13094130>.

² Salas Salvadó Jordi, et al.. Importancia del consumo de agua en la salud y la prevención de la enfermedad: situación actual. Nutr. Hosp. [Internet]. Oct 2020 [citado 31 Mar 2023]; 37(5): 1072-1086. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112020000700026&lng=es

³ Hidratación y dieta [Internet]. Cátedra Internacional de Estudios Avanzados en Hidratación. [citado e 31 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://cieah.ulpgc.es/es/hidratacion-humana/hidratacion-y-dieta>

La red asistencial Áncash de EsSalud inauguró una Unidad de Medicina Complementaria (UMEC) en el Policlínico Víctor Panta Rodríguez



Se inauguró el servicio de Medicina Complementaria con la finalidad de brindar servicios en mejora de la salud de los asegurados de la Red Asistencial Ancash. Esta Unidad de Medicina Complementaria proporciona tratamientos que incluyen fitoterapia (uso de plantas medicinales), auriculoterapia (estimulación de algunos puntos en la oreja para tratar el dolor), trofoterapia (alimentación natural y saludable), terapia floral y el programa “Mi salud, mi vida”. A través de este último servicio se promueve la participación de los

trabajadores en las empresas e instituciones a los que se les brinda orientación sobre estilos de vida saludables. La gerenta de la Red Asistencial Áncash de EsSalud, doctora Yuliana Meza Sevillano, destacó la importancia de la medicina complementaria como estrategia de salud para tratar diversas enfermedades, indicando que “Impulsamos la práctica del cuidado de la salud mediante el uso de métodos simples y naturales.” La Unidad de Medicina Complementaria proyecta atender aproximadamente a 200 asegurados al mes.

Fuente: Noticias EsSalud, 9 de marzo del 2023.

EsSalud elabora repelentes contra el dengue



Ante el incremento del dengue en nuestro país producto de fenómenos climatológicos de las regiones afectadas por las inundaciones y huaicos y de las intensas lluvias en diversas zonas de nuestro país, EsSalud ha distribuido repelentes elaborados con productos naturales, esto dentro del plan de contingencia para evitar que se propague el dengue por la picadura del mosquito Aedes Aegypti, transmisor de esta enfermedad.



El repelente natural tiene una fórmula que se aplica más fácil al cuerpo y es resistente al sudor y al agua, por lo que puede ser usado especialmente en zonas donde llueve y hace mucho calor.

Fuente: Noticias El Comercio, 19 de marzo del 2023



Ensalada de atun

1 lata de atún de su preferencia / 1 huevo / 1 tomate / 2 pimientos (verde y rojo) / 2 papas / Cebolla blanca / 1 lechuga.

Preparación: Sancoche la papa y el huevo, corte la cebolla en aros, el pimiento en cuadraditos, en un bol eche estos ingredientes, colóquelos adecuadamente, y adorne con atún, los huevos vos, aliñe con aceite de oliva y salpimiente al gusto.

Palta rellena con quinua

¼ taza de quinua sancochada / Apio / tomate / pimiento / pepino / 2 paltas / Cebolla roja / jugo de limón.

Preparación: Cortar las verduras en cuadraditos, mezclar en un recipiente junto a la quinua, aceite de oliva, sal, pimienta, corte la palta en dos y sirva la mezcla encima de ellas adorne con perejil picado.



Refrescos hidratantes

De piña

Previamente hacer agua con canela y licuar con una tajada de piña, colar si desea, agréguele hielo y opcional azúcar.

De coco

Mezclar una tajada de coco en la licuadora hasta que esté bien molida, colar, servir con hielo, opcional agréguele azúcar.



Ensalada de colores

Preparación: Mezcle zanahoria en cuadraditos, alverjitas, choclo, papa, corte en tajadas tomate, palta y mezcle todo con el aliño de su preferencia, adorne con hojas de lechuga o espinaca, si desea agregue queso fresco en cuadraditos, sal y pimienta al gusto.



Artículos de interés

1. Aranda-Ventura J, Núñez- Tuesta L, González-Aspajo G, Villacrés- Vallejo J. **Efecto del extracto de Cinnamomum zeylanicum Blume sobre la glicemia en ratones cepa Balb/C con diabetes experimental.** *Rev Peru Med Integrativa.* 2022; 7(2):56-63.

Resumen:

Este estudio pretende determinar el efecto del Cinnamomum zeylanicum Blume cultivado en Perú sobre la glicemia en ratones con diabetes experimental. En el grupo con Cinnamomun zeylanicum 300 mg/kg, la glicemia disminuyó en un 26,27% comparado a su basal hiperglicémico.

Conclusión: El extracto acuoso de Cinnamomun zeylanicum procedente de Perú, a la dosis de 300 mg/kg, tiene efecto hipoglicemiante en un modelo de diabetes experimental, con un efecto dosis dependiente.

2. Alarcon-Ruiz CA, Maguiña JL, Apolaya-Segura M, Carhuapoma-Yance M, Aranda-Ventrura J, Herrera-Añazco P. **Bibliometric analysis of medicinal plants' original articles from Latin America and the Caribbean region.** *Journal of Scientometric Research [Internet].* 2023 [citado el 28 de marzo de 2023]; Disponible en:

<https://www.jscires.org/article/534>.



Resumen: Describe la producción científica de plantas medicinales en América Latina y El Caribe utilizando análisis bibliométrico para artículos originales de tres bases de datos publicadas entre 1970 y 2020. Se analizaron 14,397 artículos originales de las bases de datos Web de Science, Scielo y LILACS. Concluye que, la producción científica de plantas medicinales en ALC aumentó (mayor en Brasil seguido de Cuba) y evaluó la mayoría de sus principales efectos terapéuticos. Sin embargo, se necesitan más esfuerzos para aumentar la colaboración regional y promover la investigación clínica y traslacional. Estos resultados podrían ser información valiosa para los tomadores de decisiones y los científicos para determinar la priorización y el financiamiento de futuras investigaciones.

3. Aponte-Rosa A, González-Blanco D, Alonso-Menéndez H. **Tratamiento del Herpes Zóster con acupuntura.** *Revista Médica Electrónica [Internet].* [citado 28 Mar 2023]; 24 (1): [aprox. 5 p.]. Disponible en:

<https://revmedicaelectronica.sld.cu/index.php/rme/article>



Resumen: Se realizó un estudio abierto longitudinal y prospectivo en pacientes con diagnóstico clínico de Herpes Zóster. Esta muestra está constituida por 30 pacientes a los cuales se les realizó tratamiento acupuntural utilizándose agujas dérmicas en forma de martillo. Con ellas se golpea lentamente la superficie de la piel alrededor de la lesión, así como toda la placa, hasta provocar sangría. Reciben tratamiento diario hasta la curación con un tiempo máximo de siete días, el 92 % de los casos evolucionaron satisfactoriamente entre el 3er. y 10mo. días de tratamiento.

Comité Editor

Gerencia de Medicina Complementaria

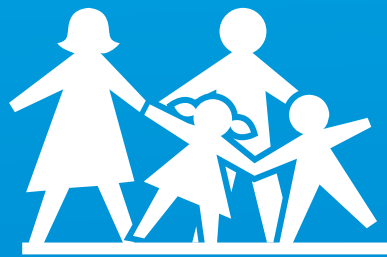
Dra. Gabriela Minaya Martinez
 Dra. Beatriz Ayala Quintanilla
 Dra. Yessica Ballinas Sueldo
 Dr. Oscar Lescano Alva
 Lic. Rosa Matos Prado

Gerencia Central de Prestaciones de Salud

**Gerencia de Medicina Complementaria
 Centro de Información de Medicina Complementaria CIMEC**

✉ **Teléfonos:** 2656000– 2520

✉ **Correos:** rosa.matos@essalud.gob.pe



EsSalud

Domingo Cueto 120, Jesús María, Lima - Perú.
Tel. 265 60 00 / 265 70 00

