

La sinergia en la medicina alternativa gana protagonismo en los tratamientos naturales

Noticias 24hs | 01-09-2025 | 15:41



La medicina alternativa avanza hacia un enfoque cada vez más integrador, donde el concepto de sinergia se ha convertido en clave. Especialistas subrayan que la unión de distintas terapias naturales ¿como la fitoterapia, la acupuntura, la homeopatía, la aromaterapia o la nutrición? no solo multiplica sus beneficios, sino que también reduce la necesidad de tratamientos invasivos y favorece el equilibrio global del organismo.

¿La sinergia permite que los elementos terapéuticos se potencien entre sí, logrando un efecto superior al que tendrían por separado?, explican expertos en salud integrativa. Así, por ejemplo, la combinación de plantas medicinales con técnicas de relajación puede mejorar los resultados en pacientes con ansiedad o insomnio, mientras que el uso conjunto de acupuntura y suplementos naturales favorece la recuperación en procesos inflamatorios.

Este modelo, cada vez más valorado por los usuarios, se apoya en estudios que demuestran cómo la complementariedad entre terapias refuerza tanto la prevención como el tratamiento de enfermedades crónicas. Además, aporta una visión más holística de la salud, donde cuerpo y mente se tratan de manera conjunta.

Aunque la medicina alternativa aún despierta debate en ciertos sectores, su expansión es una realidad. Clínicas, centros de bienestar y profesionales independientes coinciden en que la sinergia terapéutica es uno de los caminos más prometedores para el futuro de la salud natural.