



## Terapias complementarias utilizadas en trastornos por uso de sustancias psicoactivas en jóvenes: revisión integrativa

Complementary therapies used in psychoactive substance use disorders in young people: an integrative review

Reyna Isabel Hernández Pedroza<sup>\*, 1, a</sup>

ri.hernandezpedroza@ugto.mx

<https://orcid.org/0000-0003-0831-4357>

Lubia del Carmen Castillo Arcos<sup>\*, 1, b</sup>

lubiacastillo12@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-4368-4735>

\* Autor correspondiente

<sup>1</sup>Universidad de Guanajuato, Campus Celaya-Salvatierra, México

<sup>a</sup>Doctorante del posgrado en Ciencias de Enfermería

<sup>b</sup>Doctora en Ciencias de Enfermería

### Fechas importantes

Recibido: 2024-01-03

Aceptado: 2024-05-28

Publicado online: 2024-12-15

### Resumen

El uso de las terapias complementarias en la atención de la población con problemas en el consumo de drogas, sigue siendo un fenómeno de interés para el profesional e investigador de la salud, sobre todo para enfermería, quien brinda un cuidado integral. **Objetivo:** sintetizar la evidencia científica disponible con respecto a las terapias utilizadas en los trastornos por uso de sustancias psicoactivas en jóvenes. **Método:** revisión integrativa de 6 etapas; las bases de datos consultadas fueron Pubmed, Web of science, EBSCO Host, Science Direct, Conricyt y Ovid, utilizando los términos adulto joven, terapias complementarias y trastornos por uso de sustancias, además de los booleanos AND y OR. **Resultados principales:** Se seleccionaron 12 artículos publicados predominantemente en China, EUA y Alemania, metodología de ensayos controlados aleatorizados. Las terapias complementarias utilizadas se centraron en el manejo de energía o Qi, la mente-cuerpo, la respiración y la espiritualidad. **Conclusión general:** la limitada evidencia sobre los efectos del uso de las terapias complementarias en los trastornos por uso

de sustancias, trae como consecuencia una necesidad urgente de realizar más investigaciones que den consenso sobre los efectos beneficiosos del uso de estas terapias. Por lo cual, es un área de oportunidad para la ciencia de enfermería.

---

**Palabras clave:** Terapias complementarias; Trastornos por el uso de sustancias psicoactivas; Adultos jóvenes

## Abstract

The use of complementary therapies in the care of the population with drug use problems continues to be a phenomenon of interest to the health professional and researcher, especially for nurses, who provide holistic care. **Objective:** to synthesise the available scientific evidence regarding therapies used in psychoactive substance use disorders in young people. **Method:** 6-stage integrative review; the databases consulted were Pubmed, Web of science, EBSCO Host, Science Direct, Conricyt and Ovid, using the terms young adult, complementary therapies and substance use disorders, in addition to the Boolean AND and OR. **Main results:** Twelve articles published predominantly in China, USA and Germany, randomised controlled trial methodology, were selected. Complementary therapies used focused on energy or Qi management, mind-body, breathing and spirituality. **Overall conclusion:** the limited evidence on the effects of the use of complementary therapies in substance use disorders results in an urgent need for more research to provide consensus on the beneficial effects of the use of these therapies. It is therefore an area of opportunity for nursing science.

---

**Keywords:** Complementary Therapies; Substance Use Disorders; Young Adults

## Introducción

El abuso de sustancias se ha convertido en un importante problema de salud pública en todo el mundo. El Informe Mundial sobre las Drogas mostró que había aproximadamente 35 millones de personas en todo el mundo que padecen trastornos por consumo de sustancias, y aproximadamente 585.000 personas murieron a causa del consumo de drogas en 2017. El mismo informe resalta que cerca de 271 millones de personas en el mundo usaron drogas en el último año, que representa 5.5 por ciento de la población de 15 a 64 años, asimismo, 34.2 millones de personas de 15 a 64 años usaron estimulantes de tipo anfetamínico; 18.2 millones en el mismo rango de edad usaron cocaína, y 34.3 millones usaron opioides<sup>1</sup>.

Para las personas con trastornos por consumo de drogas, la disponibilidad y el acceso a los servicios de tratamiento siguen siendo limitados a nivel mundial, ya que sólo una de cada siete personas con trastornos por consumo de drogas recibe tratamiento cada año<sup>1</sup>. Cabe señalar, que los trastornos por consumo de sustancias son comparables a las enfermedades médicas crónicas y tienen un curso crónico recidivante. A pesar de que contribuyen significativamente a la morbilidad y la mortalidad, las opciones de tratamiento son limitadas<sup>2</sup>.

Hoy en día, la investigación clínica ha permitido mostrar diversos tratamientos e intervenciones para el manejo de los trastornos relacionados al uso de sustancias psicoactivas y/o el consumo o abuso de estas, como intervenciones farmacológicas y no farmacológicas (terapias cognitivos-conductuales), así como combinadas<sup>3-6</sup>, otras incluyen aspectos como las intervenciones grupales centradas en los padres e hijos, las cuales son efectivas para reducir o prevenir el consumo de sustancias en los adolescentes y que la protección puede persistir durante varios años<sup>7</sup>.

Sin embargo, existen otras intervenciones y tratamientos no convencionales, que están tomando mayor auge, y sobre todo en este último año, considerando la situación de la pandemia de COVID-19<sup>8</sup>, los cuales corresponden a la medicina "complementaria" o "alternativa" o terapias complementarias, que según la OMS se utilizan para referirse a un amplio grupo de prácticas sanitarias que no forman parte de la tradición de un propio país, o no están integradas en su sistema sanitario prevaleciente<sup>9</sup>.

En el caso de enfermería, desde la concepción del cuidado, se considera las dimensiones física, mental, emocional, espiritual del desarrollo humano, la atención holística y la atención centrada en las relaciones, así como entornos de curación óptimos, de tal manera que cada vez más crece el interés por explorar la cultura, la espiritualidad y las opciones de curación en terapias complementarias y alternativas/prácticas curativas integradas<sup>10</sup>.

Incluso en la Clasificación de Intervenciones de Enfermería, se pueden encontrar algunas intervenciones organizadas en la especialidad de enfermería holística, consideradas según la definición ya descrita por la OMS, y las cuales son acupresión, aromaterapia, hipnosis, masaje, tacto terapéutico, reiki, entre otras, además agrega intervenciones como tratamiento por el consumo de sustancias nocivas, tratamiento por el consumo de sustancias nocivas: retirada de las drogas, tratamiento por el consumo de sustancias nocivas: retirada del alcohol y tratamiento por el consumo de sustancias nocivas: sobredosis, las cuales incluyen actividades relacionadas con las terapias complementarias/alternativas<sup>11</sup>.

Según el Centro Nacional de Medicina Complementaria y Alternativa (ahora conocido como Centro Nacional de Salud Complementaria y de Salud Integral [NCCIH]), las terapias complementarias y alternativas se clasifican en: sistemas médicos alternativos o completos/integrales, intervenciones mente-cuerpo-espíritu, sistemas de base biológica, métodos manipulativos y basados en el cuerpo y terapias energéticas<sup>12</sup>.

En cuanto a los trastornos por consumo de sustancias o drogas, se toma en cuenta la definición del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (quinta edición) como un conjunto de síntomas causado por el consumo reiterado de una sustancia a pesar de los problemas o las deficiencias que produce en la vida cotidiana. Según el número de síntomas detectados, el trastorno por consumo de sustancias puede ser leve, moderado o grave<sup>13</sup>. En el mismo manual, se puede clasificar trastornos durante el inicio de la desintoxicación y durante la abstinencia y trastornos que suceden en ambos estados, los cuales varían según la sustancia.

Por todo lo anterior, cabe señalar que, las personas hacen uso de las terapias complementarias/alternativas, y que enfermería las considera como parte de sus intervenciones, de tal manera que no solo se usan en lo individual, sino cada vez más se implementan en los sistemas sanitarios, la presente revisión integrativa, responde a la necesidad de proporcionar a las enfermeras conocimientos sobre las terapias complementarias que practican las personas de todo el mundo, bajo el propósito de conducir a unos cuidados de calidad más personalizados, coadyubando a la mejora de la práctica clínica de la enfermería, especialmente en un problema de gravedad mundial y publica como son las adicciones, siendo el objetivo describir la evidencia disponible sobre las terapias complementarias utilizadas en los trastornos por uso de sustancias psicoactivas en jóvenes.

En consecuencia, el objetivo fue sintetizar la evidencia científica disponible con respecto a las terapias utilizadas en los trastornos por uso de sustancias psicoactivas en jóvenes.



---

	"Medicine"[MeSH Terms] OR "Medicine"[All Fields] OR "medicines"[All Fields] OR "medicines"[All Fields] OR "chinese traditional"[Title] OR "medicine traditional"[Title] OR "therapeutic touch"[Title] OR "Reiki"[Title] OR "relaxation therapy"[Title] OR "tai ji"[Title] OR "Yoga"[Title] OR "Qigong"[Title] OR "laughter therapy"[Title] OR "Hypnosis"[Title] OR "imagery psychotherapy"[Title] OR ("Imagenes"[All Fields] AND "Psicoterapia"[Title]) OR "mental healing"[Title] OR "mind body therapies"[Title] OR "music therapy"[Title] OR ("Musculoskeletal"[All Fields] AND "Manipulations"[Title]) OR "Acupressure"[Title] OR "Massage"[Title] AND "substance related disorders"[Title] OR "alcohol related disorders"[Title] OR "amphetamine related disorders"[Title] OR ("Cocaine-Related"[All Fields] AND "Disorders"[Title]) OR (((("substance withdrawal syndrome"[MeSH Terms] OR ("substance"[All Fields] AND "withdrawal"[All Fields] AND "syndrome"[All Fields]) OR "substance withdrawal syndrome"[All Fields]) AND ("filter"[All Fields] OR "filter s"[All Fields] OR "filtered"[All Fields] OR "filtering"[All Fields] OR "filterings"[All Fields] OR "filters"[All Fields]) AND "Full"[All Fields] AND ("text messaging"[MeSH Terms] OR ("text"[All Fields] AND "messaging"[All Fields]) OR "text messaging"[All Fields] OR "text"[All Fields]) AND ("clinical trial"[Publication Type] OR "clinical trials as topic"[MeSH Terms] OR "clinical trial"[All Fields]) AND ("randomized controlled trial"[Publication Type] OR "randomized controlled trials as topic"[MeSH Terms] OR "randomized controlled trial"[All Fields] OR "randomised controlled trial"[All Fields])) AND "2016 2021"[Title])) AND ((clinicaltrial[Filter] OR randomizedcontrolledtrial[Filter]) AND (fft[Filter]))
Web of science	TI=(Young Adult OR Adult AND Complementary Therapies AND Substance-Related Disorders)
EBSCO Host	TX ( Young Adult OR Adult ) AND TX ( Complementary Therapies OR Acupuncture Therapy OR Acupuncture OR Medicine, Chinese Traditional OR Medicine, Traditional OR Therapeutic Touch OR Reiki OR Aromatherapy OR Meditation OR Relaxation Therapy OR Tai Ji OR Yoga OR Qigong OR Laughter Therapy OR Hypnosis OR Hipnose OR Imagery, Psychotherapy OR Imagens, Psicoterapia OR Mental Healing OR Mind-Body Therapies OR Music Therapy OR Reflexología OR Musculoskeletal Manipulations OR Acupressure OR Massage ) AND TX ( Substance-Related Disorders OR Alcohol-Related Disorders OR Amphetamine-Related Disorders OR Cocaine-Related Disorders OR Substance Withdrawal Syndrome )
ScienceDirect	Young Adult AND Complementary Therapies OR Medicine, Traditional AND Substance-Related Disorders 1997-2021
Conricyt	(TitleCombined:(complementary and alternative medicine and anxiety))
Ovid	(young adult and Complementary Therapies and Substance-Related Disorders).mp. [mp=ti, ot, ab, tx, ct, sh, nm, hw, kw, fx, kf, ox, px, rx, an, ui, sy, id]

---

Fuente: elaboración propia, 2024.

Para la selección de los artículos, los criterios de inclusión y exclusión fueron los siguientes:

De inclusión:

Artículos de revista de diseño: ensayos clínicos y ensayos clínicos aleatorizados (ECA), revisiones sistemáticas y metaanálisis, y estudios correlacionales como fuentes primarias, ya que se busca intervenciones aplicadas con el nivel de evidencia riguroso para integrar, textos completos, con población de jóvenes hombres y/o mujeres de 19 a 24 años o adultos de 19 a 44 años (según definición de términos de MeSH), que se encuentran en inicio de la desintoxicación por consumo de sustancias psicoactivas (alcohol, tabaco, cannabis, anfetaminas, cocaína) o durante la abstinencia y trastornos que suceden en ambos estados, los cuales pueden ser (ansiedad, depresión, psicosis) tratamientos o intervenciones que especifiquen una terapia complementaria o combinación de estas como principal para el manejo o atención de uno o varios trastornos por uso de sustancias psicoactivas. Sin periodo de tiempo, idioma sin limitar.

De exclusión:

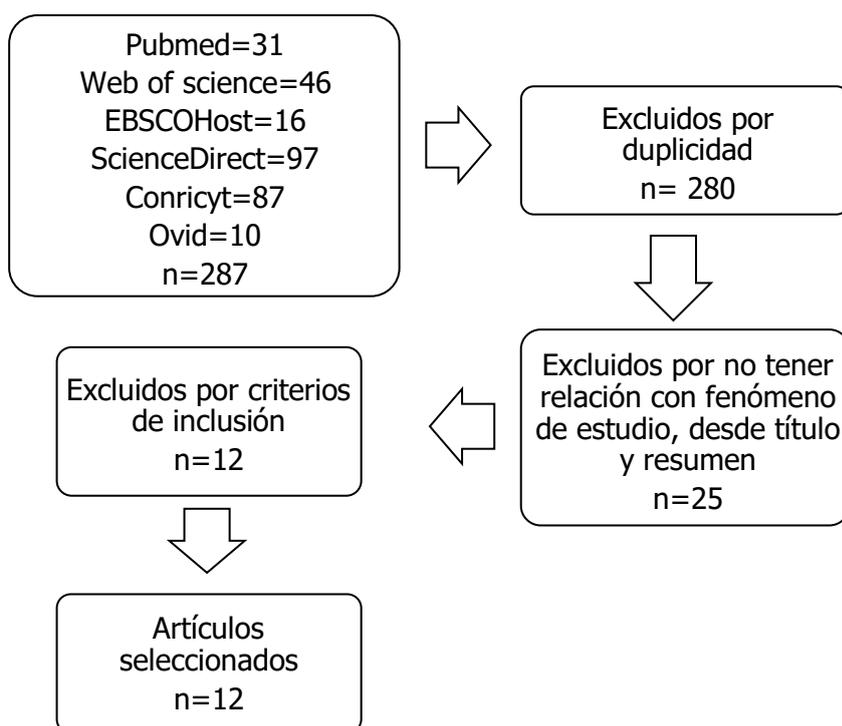
Tesis, tesinas, manuscritos no publicados como resúmenes y disertaciones. Investigaciones acerca de estrategias y programas de prevención. Artículos o publicaciones de literatura gris.

En la tercera etapa, sobre la evaluación de los datos, la cual se centra en la autenticidad, calidad metodológica, valor informativo y representatividad de los estudios primarios disponibles<sup>15</sup>. Una vez definidos y seleccionados los 12 artículos para la revisión, se pasó a la etapa de evaluación de datos, en la cual se ordenaron las publicaciones por fuente de información, y se codificó cada fuente para categorizar los artículos extraídos de las mismas. La codificación se realizó asignando una sigla a cada fuente así: Pubmed: PM, EBSCOHost: EB, Ovid: OV, Web Of Science: WS y Conricyt=CY.

A continuación, en el apartado de resultados se incluyen los resultados de la etapa 4 y 5 de la metodología<sup>14</sup>.

## **Resultados**

Se revisaron 12 artículos que cumplieron con los criterios de inclusión y para el propósito de la revisión. La figura 1 muestra el diagrama de flujo de la selección de los artículos que se integraron en el presente trabajo.

**Figura 1.** Diagrama de flujo para la selección de artículos

Fuente: elaboración propia, 2024.

Los artículos seleccionados presentaron las siguientes características: en relación con la formación académica de los autores, los resultados fueron heterogéneos, la mayoría no específica formación académica ni el primer autor, solo afiliación de tal manera que de los 12, dos tenían como coautores a investigadores afiliados a enfermería, el resto a escuelas o facultades o departamento de medicina, ciencias clínicas, psicología, psiquiatría, trabajo social, unidades de investigación en adicciones, departamentos de música o artes.

El 100 por ciento se encontraban en idioma inglés, y los países participantes correspondientes a los principales autores, fueron China (3), EUA (4), Alemania (2), Noruega (1), Dinamarca (1) e India (1). Las bases de datos consistieron en la mayoría de EBSCO Host (5), PubMed (2), Web of Science (2), Ovid (2), Conricyt (1), los años en que se publicaron, fueron 2017 y 2019 con tres artículos cada año, le sigue 2013 con dos publicaciones, y el resto 2007, 2014, 2015 y 2020 con una publicación cada uno. En relación con las revistas indexadas donde se publicaron los artículos, éstas son de alto impacto con Q1, Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine (1), BMC Complementary Medicine and Therapies (3), PLoS ONE (2), Addiction science & clinical practice (1), Alcoholism: Clinical and Experimental Research (1), Drug and Alcohol Dependence (1), con Q2 Holistic Nursing Practice (1), con Q3 Journal of Smoking Cessation (1), Mental Health, Religion and Culture (1) y Journal of Ethnicity in Substance Abuse (1).

**Tabla 2.** Publicaciones incluidas en la presente revisión

Nombre del artículo	Autor/es, País y año	Población	Resultados principales
El efecto del tai chi y el ejercicio de Qigong sobre la depresión y la	Fang Liu, Jiabao Cui, Xuan Liu, Kevin W. Chen, Xiaorong	7 estudios, un ECA y seis que no presentaron	El ejercicio de Qigong mejora los síntomas de ansiedad en comparación con la medicación.

ansiedad de las personas con trastornos por consumo de sustancias sistemática y metaanálisis <sup>18</sup>	Chen and Ru Li China, 2020	aleatorización.	El efecto del tai chi era comparable al tratamiento habitual sobre la depresión.
Diferencias raciales y étnicas en los resultados del tratamiento entre adultos con trastornos por consumo de estimulantes tras una intervención de ejercicio dosificado <sup>19</sup>	K. Sanchez, PhD, T.L. Greer, PhD, R. Walker, PhD, T. Carmody, PhD, C.D. Rethorst, PhD, and M.H. Trivedi, MD EUA, 2017	297 adultos clasificados en blanco (n=136), negro (n=130) e hispano (n=31)	Diferencias significativas entre los grupos raciales: los negros tenían mayor probabilidad de consumir alcohol, cocaína que los blancos. Los blancos tenían mayor probabilidad de consumir otros estimulantes que los negros y combinaciones de medicamentos que los hispanos y negros.
El ejercicio como tratamiento complementario alcoholismo: Un ensayo controlado aleatorizado <sup>20</sup>	Kirsten K. Roessler, Randi Bilberg, Anette Sjøgaard Nielsen, Kurt Jensen, Claus Thorn Ekstrøm, Sengül Sari Dinamarca, 2017	175 pacientes que recibían tratamiento por alcoholismo	No se encontró efecto directo del ejercicio físico sobre el consumo de alcohol. Sin embargo, si un efecto dosis-respuesta del ejercicio sobre el resultado del consumo, lo cual respalda la necesidad de implementar estilos de vida físicamente activos en el tratamiento por TUS.
Efecto de la terapia psicoespiritual islámica en el control del craving, los síntomas de abstinencia y los problemas de salud mental en consumidores de cannabis <sup>21</sup>	Irfan Ahmad Wani and Bhupinder Singh India, 2019	40 jóvenes consumidores de cannabis	Disminución de síntomas de abstinencia y los problemas de salud mental relacionados con el consumo de cannabis: compulsividad, ansiedad, depresión, la pérdida del control conductual/emocional, entre otros.
Acupresión auricular para dejar de fumar: Un ensayo controlado aleatorio <sup>22</sup>	Anthony L. Zhang, Yuan Ming Di, Christopher Worsnop, Brian H. May, Cliff Da Costa, and Charlie C. L. Xue China, 2013	43 adultos fumadores	En general no hubo diferencias significativas entre los grupos para dejar de fumar con el tratamiento de la acupresión. Una alta tasa de deserción influyó en el resultado.
Efectos de la musicoterapia y de las intervenciones en el tratamiento de los trastornos por de	Louisa Hohmann, Joke Bradt, Thomas Stegemann, Stefan Koelsch Alemania, 2017	40 estudios (36 con enfoque cuantitativo, 6 cualitativos) que incluían	Los estudios analizados fueron heterogéneos, lo cual no permitió poder realizar un metaanálisis, los efectos de la musicoterapia en los TUS no son

sustancias: Una revisión sistemática <sup>23</sup>		pacientes con trastornos derivados por el uso de sustancias psicoactivas (TUS)	claros y consistentes, sin embargo, se encontró evidencia de alto nivel en síntoma de locus de control en el 60%. Cabe señalar, que solo un estudio realizó seguimiento a un mes sin cambios significativos sobre el efecto de la musicoterapia en los TUS, por lo que se sugiere que a futuro se realicen investigaciones longitudinales.
Acupuntura de oído para la abstinencia de alcohol en comparación con aromaterapia: Un ensayo aleatorio controlado <sup>24</sup>	Stephanie Kunz, Michael Schulz, Miriam Lewitzky, Martin Driessen, and Harald Rau Alemania, 2007	109 pacientes hospitalizados por abstinencia del alcohol	No se encontró diferencias significativas entre el grupo que recibió acupuntura de oído al que recibió aromaterapia. No se puede excluir ni respaldar con evidencia que ambas terapias sean superior al tratamiento convencional que ofrece el centro, por lo cual se sugiere mayores investigaciones.
Ensayo piloto aleatorizado sobre entrenamiento en mindfulness para fumadores en adultos jóvenes bebedores compulsivos <sup>25</sup>	James M Davis, David M Mills, Kristin A Stankevitz, Alison R Manley, Matthew R Majeskie and Stevens S Smith EUA, 2013	55 jóvenes universitarios consumidores de alcohol y tabaco	Relación significativa entre la recaída del consumo de tabaco con la disminución del consumo de alcohol, en los jóvenes que realizaron el entrenamiento del mindfulness.
Combinar la educación con la acupresión para facilitar el abandono del tabaco en adultos jóvenes <sup>26</sup>	Yi-Zen Wang, PhD, RN Yu-Jen Wang, PhD, RN Mei-Ling Yeh, PhD, DMS, RN Taiwán, 2019	68 hombres adultos universitarios	La mayoría de los participantes reportaron cambios en el sabor del tabaco, como sabores astringentes y amargos, así como sensación de náuseas, lo que los llevo a disminuir el consumo. Los adultos jóvenes pueden sentirse más atraídos por la educación en salud y la acupresión que la farmacoterapia para dejar de fumar.
Diseño y Viabilidad de una Intervención de Hatha Yoga para dejar de fumar <sup>27</sup>	Tammy L. Burns, Amy E. Mayer, Shavonne M. Washington-Krauth, Ryan W. Walters,	31 adultos fumadores	La satisfacción de los participantes fue muy alta (88 % muy satisfechos) y se consideró que realizar terapia conductiva conductual con practica de Hatha Yoga es aceptable y factible para

	and Amy J. Arouni EUA Omaha, Nebraska, 2014		la población adulta con intención de dejar de fumar.
Retención y finalización del tratamiento: un estudio prospectivo de la terapia asistida con caballos (TAC) para adultos jóvenes <sup>28</sup>	Ann Kern-Goda, Espen Ajo Arnevik, Espen Walderhaug and Edle Ravndal Oslo, Noruega, 2015	108 pacientes hospitalizados y ambulatorios que recibían tratamiento por TUS.	Los pacientes que participaron en la TAC, presentaron mayor retención y finalización del tratamiento que aquellos que no la recibieron.
Efectos longitudinales del entrenamiento en conciencia interoceptiva a través de Mindfulness Awareness in Body-oriented Therapy (MABT) como complemento al tratamiento del trastorno por uso de sustancias en mujeres: Un ensayo controlado aleatorizado <sup>29</sup>	Cynthia J. Price, Elaine Adams Thompson, Sheila Crowell, and Kenneth Pike EUA, 2019	187 mujeres en tratamiento ambulatorio por TUS.	Diferencias significativas en días de abstinencia del consumo en mujeres que llevaron el MABT a los 6 y 12 meses. Además, de efectos positivos longitudinales sobre la arritmia sinusal respiratoria, índice fisiológico de la regulación de las emociones, entre otros síntomas.

## Discusión

En la presente revisión integrativa de la evidencia científica se sintetizaron y organizaron los resultados sobre el uso de terapias complementarias en trastornos por uso de sustancias psicoactivas en jóvenes. Se discuten los resultados considerando al Centro Nacional de Salud Complementaria y de Salud Integral [NCCIH], el cual describe que las prácticas complementarias basadas en considerar la unión de mente, cuerpo y espíritu, ya que no solo la mente afecta al cuerpo, o el cuerpo a la mente, sino que además se parte de que el aspecto espiritual tiene un impacto importante en el funcionamiento general de la persona. Aunado a lo anterior, la enfermería holística, integra dicha perspectiva<sup>12</sup>.

Cabe señalar que la dinámica actual sobre los estilos de vida, están afectando los estados emocionales de las personas, a tal punto de que están padeciendo ansiedad, estrés y depresión<sup>30</sup>, aunado a ello, los determinantes sociales como la pobreza<sup>31</sup> traen como consecuencia situaciones que en población consumidora llevan a complicar significativamente el acceso a la atención y tratamientos oportunos para disminuir o eliminar los trastornos asociados al uso de las drogas.

Por otra parte, la literatura arroja intervenciones como la actividad física<sup>32</sup>, el yoga<sup>33</sup>, la electroacupuntura<sup>34</sup>, el mindfulness<sup>35</sup>, el Tai ji o el Qi gong<sup>18</sup>, así como terapias de navegación a vela<sup>36</sup> las cuales han sido estudiadas y reconocidas como efectivas para el tratamiento contra las adicciones y sus trastornos, ya que provocan efectos positivos en la salud mental de los individuos que hacen uso de ellas o las practican.

De acuerdo con el estudio de Liu et. al<sup>18</sup>, realizar ejercicios de Qigong reduce los síntomas de ansiedad en personas con abuso de sustancias psicoactivas. Además, de reducir síntomas de

depresión en comparación con las personas que no recibieron tratamiento. Cabe destacar del estudio sobre la consideración de que los ejercicios de Qigong y Tai Chi son movimientos suaves y sin mayor esfuerzo, aspectos que pueden ser más aceptados por personas con mayor gravedad en los trastornos por uso de drogas.

En contraparte, Sánchez et. al<sup>19</sup>, en su estudio sobre la dosificación de ejercicio vigoroso y regular como intervención en poblaciones consumidoras de estimulantes (cocaína, metanfetamina o anfetamina), solo si existe una adecuada adherencia a la intervención disminuye significativamente el uso de estas sustancias. Esto es sumamente importante, ya que determinar el beneficio o el efecto de una intervención implica que las personas que la llevan a cabo deben tener una alta adherencia al tratamiento para dejar el consumo, sin embargo, es posible deducir que es el mayor problema de esta población, y que puede deberse a múltiples factores.

Aunado a lo anterior, otra terapia totalmente innovadora es la psicoterapia con caballos, en el estudio de Kern-Godal et. al<sup>28</sup>, encontraron que dicha terapia estaba relacionada con mejor adherencia al tratamiento y a la finalización del mismo en personas con trastornos por uso de drogas, sin embargo, describen que no pueden determinar causalidad por la metodología utilizada. Con esto, cabe señalar que los resultados son prometedores y dan esperanza de mejora en esta población.

Por otra parte, en los estudios donde se utiliza la acupuntura y acupresión como terapia complementaria, se encontraron resultados contradictorios y no determinantes. Situación que de manera general engloba las investigaciones con relación al uso de terapias complementarias en los trastornos por uso de sustancias, ya que los resultados del estudio de Kunz et. al<sup>24</sup>, no apoyan la suposición de una superioridad de la acupuntura sobre la terapia de control en sus efectos específicos sobre los síntomas de abstinencia de alcohol.

Y por el contrario, el uso de la acupresión auricular tuvo como efectos el cambio de gusto del tabaco en personas fumadoras, lo cual provocó una disminución en el consumo.

Siguiendo con otros estudios donde se utilizaron la metodología de la conciencia plena para promover el autocuidado y regulación de emociones en mujeres con trastorno por uso de sustancias, los resultados fueron significativos en la mejora de la salud en general a los 6 y 12 meses de tratamiento. De acuerdo con el estudio de Davis et. al<sup>25</sup>, la terapia del mindfulness puede tener resultados beneficiosos en la disminución del consumo de alcohol y tabaco en jóvenes, sin embargo, los resultados no son determinantes o significativos.

Otra de las terapias utilizadas son el Hatha Yoga<sup>27</sup>, la musicoterapia<sup>23</sup> y la psico espiritualidad islámica<sup>21</sup>, esta última utiliza la oración islámica como parte del tratamiento y tuvo eficacia en para reducir los síntomas de abstinencias y los problemas de salud mental relacionados con el consumo de cannabis. En cuanto a la terapia de yoga, donde se incluye el manejo de la respiración, posturas y meditación es una terapia aceptable y factible para ayudar a dejar de fumar. La musicoterapia y sus efectos según el estudio de Hohmann et. al<sup>23</sup>, no son claros, los resultados son heterogéneos que por un lado se ven efectos positivos en el estado de ánimo y en el síndrome de abstinencias, sin embargo, no es posible determinar la efectividad por la variabilidad en resultados de diversos estudios que analizaron.

En síntesis, las terapias complementarias que se han utilizado para tratar los trastornos por uso de sustancias psicoactivas se dirigen a influir en la mente-cuerpo o viceversa, en la energía o *Qi* del cuerpo y en la espiritualidad, aspectos que no se deben olvidar en el problema de las

adiciones, puesto que cada vez más es necesario abordar estas situaciones con tratamientos accesibles para todos y todas.

Por otro parte, cabe resaltar los principales aportes para enfermería, los cuales pueden enunciarse en dos aspectos: 1. Aporte para motivar y dirigir metodológicamente a investigadores noveles y experimentados de enfermería, partiendo de que la presente revisión evidencia la necesidad de aumentar los estudios que prueben o confirmen los efectos beneficiosos de las prácticas complementarias en el fenómeno del consumo de drogas e incluso en otros fenómenos sobre el cuidado humano y 2. El aporte para la práctica profesional de enfermería, la cual, sin duda cada día se observa una realidad sobre el aumento en el uso de estas terapias por parte de los pacientes, tomando en cuenta que el ser humano se compone no solo de cuerpo, sino de cultura, tradiciones y cuidados que se comparten entre generaciones, situaciones que las enfermeras y enfermeros afrontan respetando el ser holístico de cada persona.

## Conclusiones

La presente revisión integrativa tuvo como propósito integrar la evidencia disponible sobre las terapias complementarias se han utilizado como tratamiento de los trastornos por uso de sustancias psicoactivas en jóvenes. Como consecuencia, se encontró un deficiente número de evidencia científica que demostrara el uso de terapias complementarias, así como el efecto que tienen estas terapias en el consumo de drogas y sus trastornos. Otro aspecto importante es que todavía no hay consenso sobre los efectos beneficios de estas terapias en los trastornos por uso de sustancias psicoactivas o drogas. La mayoría de los estudios que se analizaron describen como recomendación tomar con cautela los resultados de sus estudios, lo cual lleva la urgente necesidad de realizar mayores investigaciones de mediciones de los efectos y efectividad de estas terapias que prometen tener efectos positivos para disminuir y controlar estos trastornos en la población más vulnerable. Y sin duda, esto es una esperanza para familias que cada vez más se suman a esta problemática social tan compleja como son las adicciones.

## Referencias

1. UNODC. World Drug Report -Executive Summary—Conclusions And Policy Implications, vol. 1. New York: United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC); 2019. [Internet] [citado 9 junio 2024]. Disponible en: <https://wdr.unodc.org/wdr2019/en/exsum.html>
2. Kuppili P, Parmar A, Gupta A, Balhara Y. Role of Yoga in Management of Substance-use Disorders: A Narrative Review. Journal of neurosciences in rural practice. 2018; 9(1), 117–122. Disponible en: [https://doi.org/10.4103/jnpr.jnpr\\_243\\_17](https://doi.org/10.4103/jnpr.jnpr_243_17)
3. Kohn, R. La brecha de tratamiento en la región de las américas. Documento Técnico. [Internet] [citado 9 junio 2024]. Disponible en: <https://bit.ly/4eACiUP>
4. Hernández Martínez EK, Calixto Olalde MG, Álvarez Aguirre A. Intervenciones para disminuir el consumo de alcohol en adolescentes: una revisión sistemática. Enf Global [Internet]. 30 de diciembre de 2017 [citado 25 de agosto de 2024];17(1):529-4. Disponible en: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/284891>
5. Tanner-Smith E, Lipsey MW. Brief alcohol interventions for adolescents and young adults: a systematic review and meta-analysis. Journal of substance abuse treatment. 2015; 51, 1–18. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2014.09.001>
6. Fadus MC, Squeglia LM, Valadez EA, Tomko RL, Bryant BE, Gray KM. Adolescent Substance Use Disorder Treatment: an Update on Evidence-Based Strategies. Current psychiatry reports. 2019; 21(10), 96. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11920-019-1086-0>

7. Allen ML, García-Huidobro D, Porta C, Curran D, Patel R, Miller J, Borowsky I. Effective Parenting Interventions to Reduce Youth Substance Use: A Systematic Review. *Pediatrics*. 2016; 138(2), e20154425. Disponible en: <https://doi.org/10.1542/peds.2015-4425>
8. OMS. Organización Mundial de la Salud. [Internet] [citado 9 junio 2024]. Disponible en: [https://www.who.int/topics/traditional\\_medicine/definitions/es/](https://www.who.int/topics/traditional_medicine/definitions/es/)
9. BVS MTCI AMERICAS. Medicinas tradicionales, complementarias e integrativas. [Internet] [citado 9 junio 2024]. Disponible en: <https://bit.ly/3MYqhg4>
10. Dirección General de Planeación y Desarrollo en Salud. Medicinas Complementarias. [Internet] [citado 9 junio 2024]. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/medicinas-complementarias>
11. Howard B, Bulechek G, Dochterman J, Wagner C. Clasificación de Intervenciones de Enfermería (NIC). 7ed. Elsevier. 2018.
12. Snyder M, Fran M, Lindquist R. Terapias complementarias y alternativas en enfermería. 8ed. Springer Publishing Company. 2018
13. Manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales, quinta edición. [Internet] [citado 9 junio 2024]. Disponible en: [https://psychiatryonline.org/pbassets/dsm/update/DSM5Update\\_octubre2018\\_es.pdf](https://psychiatryonline.org/pbassets/dsm/update/DSM5Update_octubre2018_es.pdf)
14. Whittemore R, Knafk K. The integrative review: updated methodology. *Journal of advanced nursing*. 2005; 52(5), 546–553. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x>
15. Hopia H, Latvala E, Liimatainen L. Reviewing the methodology of an integrative review. *Scand J Caring Sci*. 2016;30(4):662–9. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/scs.12327>
16. Bobenrieth M. Lectura crítica de artículos originales en salud. *Med Fam*. 2001;2(1):81–90.
17. Fichas de lectura crítica. FLC 3.0. [Internet] [citado 9 septiembre 2024]. Disponible en: <http://www.lecturacritica.com/es/acceder-a-las-fichas.php>
18. Liu F, Cui J, Liu X, Chen K, Chen X, Li R. The effect of tai chi and Qigong exercise on depression and anxiety of individuals with substance use disorders: a systematic review and meta-analysis. *BMC complementary medicine and therapies*. 2020; 20(1), 161. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12906-020-02967-8>
19. Sanchez K, Greer TL, Walker R, Carmody T, Rethorst CD, Trivedi MH. Racial and ethnic differences in treatment outcomes among adults with stimulant use disorders after a dosed exercise intervention. *J Ethn Subst Abuse*. 2017;16(4):495-510. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/15332640.2017.1317310>
20. Roessler KK, Bilberg R, Søgaard Nielsen A, Jensen K, Ekstrøm CT, Sari S. Exercise as adjunctive treatment for alcohol use disorder: A randomized controlled trial. *PLoS ONE*. 2017;12(10):1-14. Disponible en: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0186076>
21. Wani IA, Singh B. Effect of Islamic psycho-spiritual therapy in managing craving, withdrawal symptoms, and mental health problems among cannabis users. *Mental Health, Religion & Culture*. 2019;22(7):674-85. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/13674676.2019.1581755>
22. Anthony LZ, Yuan Ming D, Worsnop C, May BH, Cliff Da C, Charlie CLX. Ear Acupressure for Smoking Cessation: A Randomised Controlled Trial. *Evidence-based Complementary & Alternative Medicine (eCAM)*. 2013; 2013:1-8. Disponible en: <https://doi.org/10.1155/2013/637073>
23. Hohmann L, Bradt J, Stegemann T, Koelsch S. Effects of music therapy and music-based interventions in the treatment of substance use disorders: A systematic review. *PLoS ONE*. 2017;12(11):1-36. Disponible en: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0187363>
24. KUNZ, Stephanie, et al. Ear acupuncture for alcohol withdrawal in comparison with aromatherapy: a randomized-controlled trial. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 2007, vol. 31, no 3, p. 436-442. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/j.1530-0277.2006.00333.x>
25. Davis JM, Mills DM, Stankevitz KA, Manley AR, Majeskie MR, Smith SS. Pilot randomized trial on mindfulness training for smokers in young adult binge drinkers. *Bmc Complementary and Alternative Medicine*. 2013;13. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1186/1472-6882-13-215>
26. Wang YZ, Wang YJ, Yeh ML. Combining Education With Auricular Acupressure to Facilitate Smoking Cessation in Young Adults. *Holistic Nursing Practice*. 2019;33(4):230-6. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31192835/>
27. Burns TL, Mayer AE, Washington-Krauth SM, Walters RW, Arouni AJ. Design and Feasibility of a Hatha Yoga Intervention for Smoking Cessation. *Journal of smoking cessation*. 2016;11(3):163-72. Disponible en: <http://bit.ly/3CUXlni>

28. Kern-Godal A, Arnevik EA, Walderhaug E, Ravndal E. Substance use disorder treatment retention and completion: a prospective study of horse-assisted therapy (HAT) for young adults. *Addiction science & clinical practice*. 2015;10:21. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26466788/>
29. Price CJ, Thompson EA, Crowell S, Pike K. Longitudinal effects of interoceptive awareness training through mindful awareness in body-oriented therapy (MABT) as an adjunct to women's substance use disorder treatment: A randomized controlled trial. *Drug and alcohol dependence*. 2019; 198:140-9. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30928884/>
30. Maas L, Telumbre JY, Castillo LC, Escalante Y. Depresión, Ansiedad y Estrés en población adulta de 20 a 40 años de Centla, municipio de Frontera Tabasco de México. *ACC CIETNA: Revista De La Escuela De Enfermería*. 2023; 10(2), 29 - 40. Disponible en: <https://doi.org/10.35383/cietna.v10i2.957>
31. De La Cruz A, Álvarez A, Fuentes-Ocampo L. Determinantes sociales de la salud ante el consumo de sustancias adictivas en las adolescentes. *ACC CIETNA: Revista De La Escuela De Enfermería* 2023; 10(2), 82 - 88. Disponible en: <https://doi.org/10.35383/cietna.v10i2.967>
32. Hallgren M, Andersson V, Ekblom Ö, Andréasson S. Physical activity as treatment for alcohol use disorders (FitForChange): study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*. 2018; 2018; 196. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s13063-017-2435-0>
33. Sarkar S, Varshney M. Yoga and substance use disorders: A narrative review. *Asian journal of psychiatry*. 2017; 25, 191–196. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2016.10.021>
34. Zeng L, Tao Y, Hou W, Zong L, Yu L. Electro-acupuncture improves psychiatric symptoms, anxiety and depression in methamphetamine addicts during abstinence: A randomized controlled trial. *Medicine*. 2018; 97(34), e11905. Disponible en: <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000011905>
35. Breslin FC, Zack M, McMains S. An Information-Processing Analysis of Mindfulness: Implications for Relapse Prevention in the Treatment of Substance Abuse. *Clinical psychology (New York, NY)*. 2002;9(3):275-99. Disponible en: <https://doi.org/10.1093/clipsy.9.3.275>
36. Marchand WR, Klinger W, Block K, VerMerris S, Herrmann TS, Johnson C, et al. Safety and psychological impact of sailing adventure therapy among Veterans with substance use disorders. *Complementary therapies in medicine*. 2018; 40:42-7. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30219467/>

### Editor

Escuela de Enfermería de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú

### Cómo citar este trabajo

Hernández R, Castillo L. Terapias complementarias utilizadas en trastornos por uso de sustancias psicoactivas en jóvenes: revisión integrativa. *Acc Cietna: para el cuidado de la salud [Internet]*. 2024; 11(2): e1157. Disponible en: <https://doi.org/10.35383/cietna.v11i2.1157>

### Financiación

El presente artículo no cuenta con financiación específica de agencias de financiamiento en los sectores público o privado para su desarrollo y/o publicación.

### Conflicto de interés

Las autoras declaran no tener ningún conflicto de intereses en la realización del presente manuscrito.



© Los autores. Este artículo en acceso abierto es publicado por la Revista "ACC CIETNA: Para el cuidado de la salud" de la Escuela de Enfermería, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo bajo los términos de la Licencia Internacional [Creative Commons Attribution 4.0 \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), que permite copiar y distribuir en cualquier material o formato, asimismo mezclar o transformar para cualquier fin, siempre y cuando sea reconocida la autoría de la creación original, debiéndose mencionar de manera visible y expresa al autor o autores y a la revista.