

sona sana puede tratar aquellos similares en una persona enferma. Estas sustancias se elaboran a partir de plantas, minerales y compuestos de origen animal, mediante diluciones y agitaciones repetidas.

De manera general, la homeopatía incluye tres aspectos principales. Primero, una consulta donde se evalúa a la persona considerando sus síntomas, antecedentes, estilo de vida y contexto, para definir un tratamiento individualizado. Segundo, la preparación y uso de remedios homeopáticos, elaborados mediante diluciones y agitación (succusión). Y tercero, su uso como medicina complementaria, es decir, de apoyo al bienestar, especialmente en molestias leves, donde muchas personas valoran el acompañamiento y la relación terapéutica.

¿Funciona? La evidencia científica es controvertida y, al evaluarse con estándares de ensayos clínicos, en general no demuestra de forma consistente un efecto superior al placebo en la mayoría de las enfermedades. No obstante, quienes la utilizan suelen valorar la escucha, atención al contexto personal y el acompañamiento en procesos de malestar o estrés. En términos clínicos, puede entenderse como una vía de cuidado adicional que fortalece la adherencia a hábitos saludables y la relación terapéutica.

SOFÍA PÉREZ

Académica Escuela de Enfermería Universidad de Las Américas

Homeopatía: lo que sabemos, lo que no y cómo abordarla responsablemente

Señor Director:

En Chile, la homeopatía se enmarca en las medicinas complementarias, entendidas como prácticas que las personas utilizan para acompañar su salud con una mirada más integral. Pero ¿qué es específicamente la homeopatía?, ¿qué cuidados incluye?, ¿funciona? y ¿está regulada legalmente?

La homeopatía es un sistema de salud que se basa en el principio de “similia similibus curantur” (“los similares se curan con similares”). Propone que una sustancia capaz de provocar ciertos síntomas en una per-