



analizando las opciones de tratamiento alternativo

PREGUNTAS IMPORTANTES A CONSIDERAR

¿DÓNDE APRENDISTE SOBRE ESTO?

Conocer la fuente de información es importante porque algunas opciones no han sido comprobadas científicamente. ¿Este tratamiento ha sido examinado por ensayos clínicos u otros tipos de investigación? (Consulta las páginas web que terminan en .edu, .gov, etc.)

¿QUIÉN SE BENEFICIA DE ESTE TIPO DE TRATAMIENTO?

Saber quiénes exactamente han sido beneficiados por este tratamiento es también muy importante porque esto puede ayudarte a decidir si tú te beneficiarías de él. ¿Cuál era el diagnóstico de estas personas? ¿Cuál era su edad, género y / o raza? ¿Cómo era su estilo de vida?

¿EL TRATAMIENTO SUGIERE DEJAR LAS OTRAS MEDICACIONES U OTROS TRATAMIENTOS?

Ve si el tratamiento nuevo demanda dejar de tomar otra medicación básica a causa de interacciones peligrosas entre los medicamentos. No dejes de tomar las medicaciones recetadas sin consultar primero con tu doctor.

¿EL TRATAMIENTO SUGIERE NO COMER UNA DIETA BIEN BALANCEADA?

Mantener una dieta bien balanceada es importante. Ten cuidado con los tratamientos que te piden eliminar o reducir algunos nutrientes dietéticos importantes. ¡Asegúrate de no estar sacrificando vitaminas importantes! Concentrarte en solo algunos nutrientes puede ejercer demasiada presión en los órganos de tu cuerpo.

¿PUEDES PENSAR EN LOS POSIBLES PELIGROS O DAÑOS?

Consulta con tu doctor sobre los riesgos y los beneficios de algún régimen de tratamiento y entonces decide si los efectos secundarios potenciales valen los beneficios posibles. También no supongas que los ingredientes 'naturales' son mejor para ti, estos pueden ser dañinos si son tomados incorrectamente. Los suplementos naturales no tienen agencia legislativa que determine si los ingredientes en la etiqueta realmente están en la botella. Descubre: ¿Cuál es la legitimidad de la compañía que vende el producto?

¿PUEDES PAGARLO?

Considera tus recursos financieros. ¿Tienes el dinero para probar el tratamiento por el tiempo suficiente para ver si produce mejoras?

¿CÓMO AFECTARÁ ESTE TRATAMIENTO A TU ESTILO DE VIDA?

Considera cómo este tratamiento puede requerir que cambies tus hábitos y rutinas cotidianas. ¿Tu vida social se verá afectada por este cambio?