

## Teràpies complementàries i alternatives

L'anàlisi de les denominades **medicines o teràpies alternatives** s'enfronta sempre a un problema de concepte derivat de les diverses tipologies, procediments i concepcions que s'engloben sota aquesta denominació o la de *medicines no convencionals*, *teràpies naturals*, *medicina natural*, *medicina holística*, etc. L'element comú que les caracteritza és que estan al marge de les regulacions i dels coneixements científics aplicats a la medicina convencional, que estan emparats per les administracions públiques.

**Teràpies complementàries i alternatives** és el terme més usat en l'àmbit internacional. Actualment, els organismes i col·lectius implicats estan treballant per arribar a un consens en la classificació, la denominació i la definició de cada disciplina.

Es consideren teràpies *complementàries* les que complementen el tractament convencional i *alternatives* les que ofereixen un diagnòstic o una teràpia alternatiu a la medicina convencional.

Les teràpies alternatives són utilitzades, cada vegada més sovint, de forma regular o ocasional, per un elevat nombre de població i, en conseqüència, el nombre de terapeutes que les practiquen ha experimentat un increment.

Des de fa aproximadament quinze anys, els organismes oficials, professionals i científics han promogut l'avaluació d'aquestes teràpies amb mètodes objectius d'evidència científica. La llista del que es considera medicina complementària o alternativa canvia constantment ja que, un cop es comprova científicament que una teràpia alternativa és eficaç i innòcua, s'incorpora al tractament convencional de la salut i deixa de ser alternativa.

Hem fet una selecció dels termes relacionats amb aquestes teràpies a partir del buidatge de pàgines web i d'estudis elaborats per col·legis oficials de professionals de l'àmbit sanitari (medicina, infermeria, fisioteràpia, psicologia, terapeutes, etc.), i d'informes presentats per organismes internacionals com l'OMS, el Centre Nacional de Medicina Complementària i Alternativa (NCCCAM) dels EUA, el grup Cochrane Collaboration, etc.

La selecció dels termes no pretén ser exhaustiva ni respon a cap organització conceptual prèviament definida. Hem inclòs els termes seleccionats a la taula següent, després de fer-ne la comprovació terminològica al Cercaterm, el servei de consultes terminològiques en línia del TERMCAT, i n'hem consignat els noms en

català i les denominacions equivalents en espanyol, francès i anglès, així com la definició corresponent.

El fet que aquesta terminologia provingui de fonts documentals diferents explica la presència de termes catalans normatius (els que es documenten al [Diccionari de la llengua catalana](#) de l'Institut d'Estudis Catalans), senyalats amb un asterisc (\*), o de termes normalitzats pel Consell Supervisor del TERMCAT (els que es documenten a la [Neoloteca](#) o al [Cercaterm](#) amb font «Neoloteca»), senyalats amb dos asteriscs (\*\*), al costat d'altres termes que encara no han estat estudiats en profunditat des del punt de vista lingüístic.

Denominacions	Definició
<p><b>acupuntura, n f *</b>                      es acupuntura                      fr acupuncture                      en acupuncture</p>	<p>Pràctica de la medicina tradicional xinesa basada en la introducció d'agulles en determinats punts del cos humà, per alleujar el dolor o amb altres finalitats terapèutiques.</p> <p><i>DIEC</i>: Inserció d'agulles en els teixits vius, usada com a remei.</p>
<p><b>apiteràpia, n f</b>                      es apiterapia                      fr apithérapie                      en apiotherapy                      en apitherapy</p>	<p>Ús terapèutic del verí de les abelles.</p>
<p><b>aromateràpia, n f **</b>                      es aromaterapia                      es aromatoterapia                      fr aromathérapie                      en aromatherapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en les propietats aromàtiques de certs olis essencials extrets d'arbres i plantes, destinat a pal·liar afeccions de tipus físic o emocional.</p>
<p><b>autohemoteràpia, n f</b>  <b>sin. teràpia autohemàtica, n f</b>                      es autohemoterapia                      es terapia autohemática                      fr autohémothérapie                      fr thérapie autohémique                      en autohaemic therapy                      en autohemic therapy</p>	<p>Homeoteràpia derivada de la isopatia i de l'homotoxicologia consistent en la injecció intravenosa o l'administració oral de sang dinamitzada del mateix pacient.</p>

<p><b>arterràpia, n f **</b>                  es arte terapia                  es arteterapia                  fr art thérapie                  en art therapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en l'expressió artística, especialment a través de les arts visuals, destinat a millorar l'estat psíquic i emocional del pacient.</p>
<p><b>ayurveda, n f</b>                  es ayurveda                  fr ayurveda                  fr ayurvéda                  en Ayurveda</p>	<p>Sistema tradicional de la medicina hindú basat en l'homeopatia i la naturopatia.</p>
<p><b>balneoteràpia, n f *</b>                  es balneoterapia                  en balneotherapy</p>	<p>Mètode de tractament, local o general, de certes malalties mitjançant les aigües i els banys medicinals, la sorra, el fang, el sol, el vapor d'aigua i algunes de les radiacions de l'espectre lumínic.</p>
<p><b>canoteràpia, n f</b>                  es canoterapia                  fr canithérapie                  fr canothérapie                  en dogotherapy</p>	<p>Mètode terapèutic en què s'utilitza el contacte amb els gossos com a mitjà per a la rehabilitació de persones discapacitades i per a la millora de certes malalties.</p>
<p><b>cinesiologia, n f</b>                  es kinesiología                  fr cinésiologie                  en kinesiology</p>	<p>Disciplina dedicada a l'estudi de la comunicació a través del moviment corporal.</p>
<p><b>cinesionomia, n f</b>                  es kinesionomía                  fr kinésionomie                  en kinesionomy</p>	<p>Ciència que es basa en allò que les persones expressen i revelen en els seus moviments i en la seva manera de ser, segons les limitacions derivades de la seva malaltia.</p>
<p><b>crenoteràpia, n f</b>                  es crenoterapia                  en crenotherapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en l'aplicació externa o l'administració interna de les aigües mineromedicinals.</p>
<p><b>cromofototeràpia, n f</b>  <b>sin. cromoteràpia, n f</b>                  es cromoterapia                  fr chromothérapie                  en chromotherapy</p>	<p>Ús terapèutic de la llum de color.</p>

<p><b>cromoteràpia, n f</b> es cromoterapia fr chromothérapie en chromotherapy</p>	<p>Ús terapèutic de les matèries colorants.</p>
<p><b>delfinoteràpia, n f **</b> es delfinoterapia fr delphinothérapie en dolphin therapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en la interacció del pacient amb dofins, destinat al tractament de determinades afeccions psicològiques, especialment de l'autisme.</p>
<p><b>diafreoteràpia, n f</b> es diafreoterapia</p>	<p>Mètode terapèutic basat en la restauració de les funcions fisiològiques del cos per mitjà de la reducció de les contraccions musculars no desitjades.</p>
<p><b>digitipuntura, n f</b> es digitopuntura en pressure acupuncture</p>	<p>Sistema d'acupuntura que consisteix a aplicar una pressió, per exemple amb els dits, a certs punts corporals.</p>
<p><b>equitació terapèutica, n f **</b> es equitación terapéutica es monta terapéutica fr équitation thérapeutique en therapeutic equitation en therapeutic riding</p>	<p>Mètode terapèutic basat en la pràctica de muntar a cavall, destinat a l'atenuació de determinades discapacitats o de problemes de conducta o d'inserció social.</p>
<p><b>espagíria, n f</b> <b>sin. teràpia espagírica, n f</b> es espagiria es terapia espagírica fr spagyrie fr spagythérapie fr thérapie spagyrique en spagyric therapy en spagyrics</p>	<p>Sistema terapèutic d'origen alquímic que té una concepció holística de l'ésser humà i que es caracteritza per seguir un mètode de preparació dels medicaments consistent a separar els components de les matèries primeres i després tornar-los a reunir per mitjà de diversos procediments, amb l'objectiu d'intensificar i ampliar els seus poders curatius, i per la prescripció de medicaments segons la correspondència cosmològica amb els òrgans que es volen tractar.</p> <p>Nota: 1. Sistema descrit per Paracels a l'obra <i>Paragranum</i> i per J. R. Glauber a la <i>Pharmacopeia Spagyrica</i>.</p>
<p><b>fangoteràpia, n f **</b> es fangoterapia fr fangothérapie en fangoththerapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en l'aplicació tòpica de fang, destinat a l'alleujament del dolor i al tractament d'afeccions reumàtiques i de la pell.</p>

<p><b>fitoteràpia, n f *</b>                  es fitoterapia  <i>fr</i> phytothérapie                  en herbal medicine                  en herbal therapy                  en phytomedicine                  en phytotherapy</p>	<p>Branca de la medicina que empra les plantes amb propietats terapèutiques per a guarir determinades afeccions.</p>
<p><b>gemmoteràpia, n f</b>                  es gemoterapia                  es yemoterapia  <i>fr</i> gemmothérapie                  en gemmotherapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en la utilització de macerats compostos de glicerina, gemmes i altres teixits vegetals tendres que es fa servir per a promoure el drenatge de toxines i fluïxos acumulats a l'organisme.</p>
<p><b>hidroteràpia, n f *</b>                  es hidroterapia  <i>fr</i> hydrothérapie                  en hydrotherapy</p>	<p>Tractament de certes malalties per l'aplicació de l'aigua sobre el cos.</p>
<p><b>hipoteràpia, n f **</b>                  es equinoterapia                  es hipoterapia  <i>fr</i> hippothérapie                  en hippotherapy</p>	<p>Mètode terapèutic en què s'utilitza el moviment del cavall al pas com a mitjà per a millorar l'estat de persones amb discapacitats o amb problemes de conducta o d'inserció social.</p>
<p><b>homeopatia, n f</b>                  es homeopatía  <i>fr</i> homéopathie                  en homeopathy                  en homoeopathy</p>	<p>Mètode terapèutic consistent a tractar les malalties mitjançant l'administració de medicaments seguint el principi de la similitud.</p>
<p><b>instintoteràpia, n f</b>                  es instintoterapia  <i>fr</i> instinctothérapie</p>	<p>Branca de la terapèutica preventiva basada en el fet de menjar aliments crus i en la qual l'instint a l'hora de triar els menjars és primordial.</p>
<p><b>iridologia, n f</b>                  es iridología  <i>fr</i> iridologie                  en iridology</p>	<p>Ciència especialitzada en les relacions entre les malalties i la forma, el color i altres característiques individuals de l'iris.</p>

<p> <b>isopatia, n f</b>  <b>sin. isoteràpia, n f</b>                  es isopatía                  es isoterapia                  fr isopathie                  fr isothérapie                  en isopathy                  en isotherapy             </p>	<p>Mètode terapèutic basat en el tractament d'una malaltia per mitjà de l'agent causal o per mitjà de productes de la manifestació de la mateixa malaltia.</p> <p>Nota: La locució llatina <i>aequalia aequalibus curantur</i>, la traducció de la qual és «els iguals es curen amb els iguals», expressa el principi en què es basa la isopatia.</p>
<p> <b>litoteràpia, n f</b>                  es litoterapia                  fr lithothérapie                  en lithotherapy             </p>	<p>Mètode terapèutic consistent en l'administració de gemmes precioses o semiprecioses en forma de solucions bevibles i en dinamitzacions baixes, generalment una 8DH, utilitzat per a eliminar l'acumulació de quelants en les vies metabòliques, els quals es consideren l'origen de diversos trastorns.</p>
<p> <b>magnetoteràpia, n f</b>                  es magnetoterapia                  fr magnétothérapie                  en magnetic therapy             </p>	<p>Tractament de les malalties per mitjà del magnetisme o dels imants.</p>
<p> <b>massoteràpia, n f **</b>                  es masoterapia                  fr massothérapie                  en massage therapy                  en massotherapy             </p>	<p>Mètode terapèutic basat en el massatge, destinat a alleujar el dolor i el cansament, i a millorar la circulació sanguínia, el funcionament dels òrgans vitals i el benestar psíquic del pacient.</p> <p>Tractament de malalties mitjançant el massatge.</p>
<p> <b>mesoteràpia, n f</b> </p>	<p>Tècnica que consisteix a subministrar petites dosis de preparats homeopàtics mitjançant infiltracions intradèrmiques, subcutànies o hipodèrmiques.</p>
<p> <b>musicoteràpia, n f *</b>                  es musicoterapia                  fr musicothérapie                  en music therapy             </p>	<p>Utilització de la música com a tractament per a certes neurosis.</p>
<p> <b>naturisme, n m *</b>  <b>sin. naturopatia, n f</b>                  fr naturopathie                  fr naturothérapie                  en naturopathy             </p>	<p>Doctrina segons la qual la naturalesa mateixa i els seus productes guaririen totes les malalties.</p>

<p><b>oligoteràpia, n f</b>                  es oligoterapia  <i>fr</i> oligothérapie  <i>en</i> oligoelement therapy  <i>en</i> oligotherapy</p>	<p>Mètode terapèutic que utilitza l'activitat catalitzadora dels oligoelements per a corregir disfuncions orgàniques.</p>
<p><b>opoteràpia, n f * / **</b>                  es opoterapia  <i>fr</i> opothérapie  <i>en</i> opotherapy</p>	<p>Mètode terapèutic consistent a tractar un òrgan malalt mitjançant un remei opoteràpic.</p> <p><i>DIEC</i>: Teràpia a base de sucus o extrets de teixits o d'òrgans animals, en especial de glàndules endocrines.</p>
<p><b>organoteràpia, n f</b>                  es organoterapia  <i>fr</i> organothérapie  <i>en</i> organotherapy</p>	<p>Mètode terapèutic consistent a tractar un òrgan malalt mitjançant un remei organoteràpic.</p> <p>Nota: Es considera que és una homeoteràpia i s'utilitza especialment a França i als països de la seva influència, així com a Alemanya.</p>
<p><b>pressoteràpia, n f **</b>                  es presoterapia  <i>fr</i> pressothérapie  <i>en</i> pressotherapy  <i>en</i> pressure therapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en els efectes benèfics de la pressió exercida sobre determinades parts del cos, ja sigui de forma manual o bé amb un aparell, gràcies a la millora de la circulació sanguínia i limfàtica.</p>
<p><b>quiropuntura, n f</b>  <b><i>sin.</i> quiropuntura, n f</b>                  es manopuntura  <i>en</i> hand acupuncture</p>	<p>Mètode d'acupuntura en què les agulles es claven a les mans.</p>
<p><b>quiopràctica, n f * / **</b>                  es quiopràctica  <i>fr</i> chiropratique  <i>fr</i> chiropraxie  <i>en</i> chiropractic  <i>en</i> chiropraxis</p>	<p>Mètode empíric de tractament de diverses afeccions consistent en manipulacions i pressions fetes amb les mans.</p>
<p><b>reflexologia podal, n f</b>  <b><i>sin.</i> reflexoteràpia podal, n f</b>                  es reflexología plantar                  es reflexología podal  <i>fr</i> réflexologie plantaire  <i>en</i> plantar reflexology</p>	<p>Reflexologia aplicada a la planta dels peus.</p>

<p><b>reflexoteràpia, n f</b>                  es reflexoterapia  <i>fr réflexologie</i>  <i>fr réflexothérapie</i>                  en reflex therapy                  en reflexology                  en reflexotherapy</p>	<p>Tractament de certes malalties per mitjà de massatges practicats en determinats punts dels peus o de les mans amb la finalitat d'estimular capacitats curatives de l'organisme.</p>
<p><b>reiki, n m</b>                  es reiki  <i>fr reiki</i>                  en reiki</p>	<p>Tradició curativa d'origen oriental, la finalitat de la qual és reequilibrar els sistemes d'energia complexos que componen el cos i que s'han desequilibrat.</p>
<p><b>risoteràpia, n f **</b>                  es risoterapia  <i>fr gélothérapie</i>  <i>fr rigolothérapie</i>                  en laughter therapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en els efectes benèfics de riure, destinat a millorar l'estat psíquic i emocional d'un pacient.</p>
<p><b>shiatsu, n m</b>                  es shiatsu  <i>fr shiatsu</i>                  en shiatsu</p>	<p>Pràctica terapèutica d'origen japonès semblant a l'acupuntura que es basa en la pressió aplicada en diversos punts del cos amb els dits o les mans.</p>
<p><b>shiatsu aquàtic, n m</b>                  es shiatsu acuático  <i>fr shiatsu aquatique</i>                  en aquatic shiatsu</p>	<p>Modalitat de shiatsu que es practica dins l'aigua calenta, a una temperatura aproximada de 35°.</p>
<p><b>succió amb ventoses, n f</b>                  es succión con ventosas  <i>fr application de ventouses</i>  <i>fr pose de ventouses</i>                  en cupping</p>	<p>Tècnica terapèutica que consisteix a aplicar ventoses sobre la pell per tal d'obtenir un efecte de succió.</p>
<p><b>talassoteràpia, n f</b>                  es talasoterapia  <i>fr thalasso thérapie</i>                  en thalassotherapy</p>	<p>Tractament de les malalties pels banys de mar o clima marí.</p>
<p><b>teràpia de l'aura, n f</b>  <b>sin. aurateràpia, n f</b>                  es auraterapia  <i>fr aurathérapie</i></p>	<p>Pràctica terapèutica hindú basada en la teoria orientalista dels tres ulls energètics i en la cristiana del Pare, Fill i Esperit Sant, que estudia l'aura per determinar una malaltia.</p>



<p><b>teràpia holística, n f</b>                  es holoterapia                  es terapia holística                  fr holotherapie                  en holistic therapy</p>	<p>Teràpia d'aprimament basada en l'holisme.</p>
<p><b>teràpia floral, n f **</b>                  es terapia floral                  fr thérapie florale                  en flower essence therapy                  en flower therapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en les propietats benèfiques de certes essències florals, destinat a reequilibrar estats mentals negatius i a aconseguir la superació de conflictes psíquics que es considera que són l'origen de determinades malalties.</p> <p>Nota: La teràpia floral va néixer a partir de les recerques del metge anglès Edward Bach.</p>
<p><b>termalisme, n m * / **</b>                  es termalismo                  fr thermalisme                  en thermalism</p>	<p>Conjunt de serveis mèdics, assistencials i hotelers destinats a la utilització terapèutica de les aigües termals.</p>
<p><b>ultrasonoteràpia, n f</b>                  es ultrasonoterapia                  fr ultrasonothérapie                  en ultrasonotherapy</p>	<p>Teràpia basada en l'ús dels ultrasons que s'utilitza sobretot en les afeccions de l'aparell locomotor.</p>
<p><b>vegetoteràpia, n f</b>                  es vegetoterapia                  fr végétothérapie</p>	<p>Tècnica que té com a finalitat fer desaparèixer les inhibicions, particularment les sexuals, mitjançant la manipulació dels músculs i la interpretació de les actituds corporals.</p>
<p><b>xocoteràpia, n f</b>                  es chocoterapia                  fr chocothérapie                  en chocolate therapy                  en chocotherapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en l'aplicació de xocolata damunt del cos.</p>
<p><b>zooteràpia, n f **</b>                  es zooterapia                  fr zoothérapie                  en animal therapy                  en zootherapy</p>	<p>Mètode terapèutic basat en la interacció del pacient amb animals, destinat al tractament de determinades afeccions físiques o psíquiques.</p>

**Fonats:**

- [Estudi sobre les teràpies naturals: especificitats i aportacions en relació amb la salut i el benestar comunitari.](#) Federació de Professionals de Teràpies Naturals de Catalunya (Barcelona, abril 2010).
- Informe [Análisis de situación de las terapias naturales.](#) Direcció General d'Ordenació Professional, Cohesió del Sistema Nacional de Salut i Alta Inspecció (Madrid, 2008).

- TERMCAT, CENTRE DE TERMINOLOGIA. *Cercaterm* [en línia]. Barcelona: TERMCAT, Centre de Terminologia, 2011.  
<<http://www.termcat.cat/ca/Cercaterm>>
- TERMCAT, CENTRE DE TERMINOLOGIA. *Neoloteca* [en línia]. Barcelona: TERMCAT, Centre de Terminologia, 2011.  
<<http://www.termcat.cat/ca/Neoloteca>>
- CABRÉ i PLAYÀ, Xavier. *Diccionari d'homeopatia* [en línia]. Barcelona: TERMCAT, Centre de Terminologia, cop. 2010.  
<[http://www.termcat.cat/ca/Diccionaris\\_En\\_Linia/115/](http://www.termcat.cat/ca/Diccionaris_En_Linia/115/)>
- IINSTITUT D'ESTUDIS CATALANS. *Diccionari de la llengua catalana* [en línia]. 2a ed. Barcelona: Institut d'Estudis Catalans, 2011.  
< <http://dlc.iec.cat/>>
- *Diccionari enciclopèdic de medicina* [en línia]. Barcelona: Enciclopèdia Catalana, cop. 1997-2010.  
<<http://www.medic.cat/>>

---

Comentari lingüístic elaborat per la Secció de Planificació Lingüística del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya.