

## Misión de CFRI

Cystic Fibrosis Research, Inc. existe para financiar investigaciones, proporcionar apoyo educativo y personal, y para divulgar el conocimiento acerca de la fibrosis quística, una enfermedad genética potencialmente mortal.

## Visión de CFRI

A medida que trabajamos para encontrar una cura para la fibrosis quística, CFRI imagina informar, con la participación y el empoderamiento, a la comunidad CF para ayudar a todos los que tienen esta enfermedad difícil a alcanzar la más alta posible calidad de vida.

Visite nuestro sitio web en:

**www.cfri.org**

para obtener más información sobre nosotros y sobre la fibrosis quística.

**cfri@cfri.org**

Por su generoso apoyo de CFRI Comunidad, un agradecimiento especial a:

**AbbVie, Genentech, Vertex Pharmaceuticals, Chiesi USA, y Gilead Sciences**



1731 Embarcadero Road • Suite 210  
Palo Alto, California 94303



Cystic Fibrosis Research, Inc.  
a 501(c)(3) nonprofit organization  
Federal EIN# 51-0169988

### FQ Más Allá de los Pulmones: El Papel de una Terapia Física *Continuación de la página 2*

para tratar los trastornos secundarios de la FQ; evaluando y tratando la duración, fortaleza y flexibilidad; manejando las posturas, dolor y la incontinencia urinaria;

y, finalmente orientando a los pacientes a lo largo de los desafíos físicos de crecer y envejecer con la FQ. Consulte en su centro de FQ qué papel juega el terapeuta físico en el equipo de cuidados de salud de FQ suyo o de su hijo.



## Terapias Mente-Cuerpo en el Cuidado de la Fibrosis Quística

Por John Mark, Médico Especialista – Stanford Medical Center

La salud complementaria incluye modalidades y productos con un historial de uso u orígenes fuera de la medicina occidental convencional. La medicina integral (MI) es la combinación de las terapias de salud convencionales y complementarias. La MI hace uso de todos los métodos terapéuticos, profesionales de salud y disciplinas apropiadas y los integra para lograr una salud y sanación óptimas. El uso de modalidades complementarias como por ejemplo suplementos, remedios herbales, medicina tradicional china y terapias mente-cuerpo es común entre personas con condiciones respiratorias crónicas. Los estudios demuestran que del 60% al 80% de los niños y adultos con FQ (fibrosis quística) pueden utilizar cierto tipo de terapias de salud complementaria.

Las terapias mente-cuerpo se enfocan en la interacción entre la mente y el cuerpo, con la intención de utilizar la mente para influenciar las funciones físicas y afectar la

salud directamente. Estas terapias pueden incluir la meditación, la plena conciencia, hipnoterapia, imágenes, musicoterapia/ arte-terapia y ejercicios de respiración utilizados en las artes marciales y el yoga. Un mecanismo posible es que las terapias de mente-cuerpo pueden ser efectivas reduciendo el estrés y la inflamación en pacientes con FQ. Puede ser muy beneficioso incorporar varias terapias mente-cuerpo con cuidados convencionales de la FQ.



**Dé gracias. Dé vida.**