

▲ Dr. Rafael Núñez, oncólogo integrativo en la Clínica Medicina Integrativa (CMI)

“La Oncología Integrativa es tan inabarcable como apasionante”



El Dr. Rafael Núñez, oncólogo integrativo en la Clínica Medicina Integrativa (CMI), defiende una visión global del paciente oncológico que atienda no sólo la enfermedad, sino también su bienestar físico, emocional, social y espiritual. Formado en Medicina, Anestesiología y Psicoterapia Humanista, integra terapias naturales y complementarias –como nutrición, Acupuntura, Fitoterapia o Nanothermia– junto a los tratamientos convencionales.

El doctor Rafael Núñez estudió la carrera de Medicina en la Universidad de Navarra, donde descubrió su vocación por una atención médica que comprendiera a la persona en su totalidad. Desde el inicio, tuvo claro que quería dedicarse a una especialidad que le permitiera acompañar al paciente no sólo en el plano físico, sino también en sus dimensiones psicológica, social y espiritual. Su objetivo:

mejorar la salud y la calidad de vida del paciente en todas sus dimensiones.

Desde su experiencia clínica, ¿cómo ha evolucionado el enfoque del tratamiento oncológico en los últimos años?

En la Oncología convencional el foco sigue puesto de una forma bastante predominante en los tratamientos contra el cáncer (quimioterapia, inmunoterapia, tratamientos biológicos dirigidos...). Pero por el momento se

percibe una escasa inquietud por investigar acerca de toda una serie de realidades que pueden mejorar nuestra salud, y que han demostrado tener un importante impacto en la enfermedad, como son el ejercicio, la nutrición, el sueño, la gestión emocional, la espiritualidad... Todo esto también debería formar parte del tratamiento, aunque aún siguen siendo realidades relegadas para los que nos dedicamos a la medicina en general, y en particu-

lar a la Oncología integrativa. Además, existe toda una batería de sustancias naturales (y también tecnologías no invasivas) que pueden contribuir a optimizar el tratamiento, y mejorar mucho la calidad de vida del enfermo. Vitaminas, minerales, Fitoterapia, Micoterapia, Acupuntura... que bien manejados son un soporte inestimable.

En su perfil en Medicina Integrativa se menciona que colabora en ámbitos como Nutrición en el cáncer, Psicooncología, Nanothermia, Acupuntura, etc. ¿Cómo conjuga esas disciplinas con la Oncología "convencional"? En la primera consulta evaluamos a cada paciente, y en función de sus hábitos de vida, y el tipo de enfermedad que tiene, individualizamos el tratamiento. No existen dos pacientes iguales. Además, en mi consulta, intento hablar mucho de salud, no solo de enfermedad, y de calidad de vida.

En particular, ¿qué puede contarnos de la "nanothermia oncológica" qué evidencia hay sobre su eficacia y seguridad, y en qué casos usted la consideraría?

Hay mucha evidencia y estudios que recogen la eficacia de la hipertermia (terapia con calor en el paciente oncológico) en diferentes tipos de enfermedades. Donde más impacto tiene es en colaboración con los tratamientos convencionales (quimioterapia, radioterapia, inmunoterapia...) con los que ejerce un efecto sinérgico, aumentando el efecto de estos tratamientos contra el tumor. Esto se ha visto en multitud de tipos de cáncer como tumores cerebrales, cáncer de cérvix uterino, cáncer de páncreas, sarcomas, cáncer de vejiga, cáncer de próstata... entre otros. Es uno de los tratamientos que más frecuentemente implementamos desde la Oncología integrativa.

¿Cómo decide incorporar una terapia complementaria en el plan de un paciente?

La escucha del paciente y la comprensión de sus estilos de vida, tendencias y preferencias para incorporar de una forma escalonada aquellos que más necesita y que más impacto tienen en su salud. El paciente oncológico es un paciente que sufre mucho a todos los niveles, y mi tarea es aliviar esas molestias y además buscar cualquier herramienta



“Para mí es muy importante también reforzar el sistema inmunitario del paciente, y para ello tenemos una herramienta inestimable que son los suplementos naturales”

que pueda apoyar cualquier mejora en la evolución de su enfermedad, optimizando el tratamiento que esté recibiendo en el hospital; con hipertermia, ozonoterapia, suplementos naturales... Para mí es muy importante también reforzar el sistema inmunitario del paciente, y para ello tenemos una herramienta inestimable que son los suplementos naturales. Por supuesto, evaluar y mitigar los efectos secundarios como malestar, vómitos o debilidad, en cada caso con las herramientas que sean más apropiadas. Y casi siempre, si no consigo mejorar la enfermedad, a corto plazo, al menos mejoro el bienestar de ese paciente, que para mí es prioritario y que además sé que eso va a influir positivamente en su

percepción de su situación y, por tanto, en su pronóstico.

En la práctica clínica, ¿ha observado sinergias positivas entre tratamientos complementarios y los tratamientos convencionales oncológicos?

Todos los días. Casi todos los pacientes pasan por la consulta de nutrición, y la mejoría se nota enseguida.

Recientemente atendí a una paciente a la que habían sometido a una parotidectomía (resección de la glándula parótida por un tumor maligno en dicha glándula). Le iban a dar radioterapia, y apoyamos el tratamiento con suplementación nutricional. Es la primera



“El ejercicio (especialmente el de fuerza) es un gran aliado para mejorar la calidad de vida y la toxicidad de los tratamientos”



paciente que he visto radiarse el cuello sin ningún grado de sequedad bucal, y es algo que agradecen mucho porque les cambia la calidad de vida, de lo contrario se restringen mucho los alimentos que pueden comer. Esta misma paciente sufrió una parálisis facial, pues el nervio facial pasa por el interior de la parótida y es inevitable no seccionarlo. Con acupuntura, ha recuperado más de un 60% ya la parálisis. Todo esto no son solo datos clínicos, es que redunda de forma inmensamente positiva en el estado de ánimo del paciente, cambia totalmente la percepción de su situación.

Desde su experiencia, ¿qué claves podría compartir para que el paciente (y su entorno) mantengan calidad de vida durante el tratamiento oncológico?

Ante todo, y previo a cualquier tratamiento complementario que podamos aportar al paciente, siempre les insisto mucho en cuidar los pilares de la salud,

que dependen mayoritariamente de ellos. El ejercicio (especialmente el de fuerza) es un gran aliado para mejorar la calidad de vida y la toxicidad de los tratamientos. La nutrición es esencial en la mejoría de la calidad de vida. Un buen descanso nocturno, y si no, buscarlo, es claramente beneficioso, y muchas veces el descanso a lo largo del día con actividades que ayudan a descansar cuerpo y mente, esto muchas personas no lo saben. Por otro lado, la adecuada gestión de las emociones es clave a la hora de mejorar la calidad de vida (muchos pacientes viven anclados en traumas o dificultades emocionales del pasado, o sencillamente no saben gestionar las emociones en su día a día). Por último, y no por ello menos importante en la calidad de vida, es esencial mantener y recuperar unos buenos vínculos (familia, amigos...) y conectar con el sentido o propósito vital. En la consulta nos encontramos muchas veces con personas que tienen enormes dificultades en estos aspectos: mucha soledad, y muchas vidas que carecen de sentido o de propósito. Estamos en un momento en que debemos afrontar como sociedad este tema.

Una de las críticas que a veces se hacen a la medicina natural, integrativa o complementaria es la falta de evidencia científica. ¿Cómo aborda usted la necesidad de rigor metodológico cuando integra terapias complementarias?

En muchas de las terapias que aplicamos la evidencia es extensa y exhaustiva.



“Es esencial mantener y recuperar unos buenos vínculos (familia, amigos...) y conectar con el sentido o propósito vital”

Ejercicio, nutrición, gestión emocional, espiritualidad, acupuntura... todas ellas gozan de literatura científica de calidad.

Por poner dos ejemplos: de Micoterapia (uso de hongos en Oncología) hay más de 5.000 publicaciones en Pubmed (principal buscador bibliográfico en medicina). Sobre el impacto del ejercicio en pacientes con cáncer, recientemente, en junio de 2025, se publicó en el New England Journal of Medicine (la mejor revista de medicina del mundo) el ensayo Challenge, que es un estudio realizado en 900 pacientes con cáncer de colon en el que se describe una mejoría en la supervivencia de aquellos que se sometían a un plan de ejercicio físico.

¿Cuáles considera que son los principales obstáculos para incorporar con mayor solidez estas terapias en el sistema público de salud?

Los obstáculos son muy diversos y de diferente índole. Los profesionales sanitarios debemos ‘romper’ algunos clichés y algunos tabúes y empezar a mirar la salud con mayor apertura, pues en las facultades no se nos ha hablado demasiado de salud, sino más de enfermedad. Hay mucha luz sobre la salud y cada día está más disponible, pero hemos de querer, y hemos de saber buscarla. Por otro lado, se percibe un movimiento bastante expansivo de la sociedad en busca de hábitos más saludables en ejercicio, alimentación, emociones...

El principal obstáculo es que, a nivel de políticas públicas, no parece que interese promover hábitos saludables, sino centrarse más en poner ‘parches’ a las enfermedades. Esto responde a muchas cuestiones, pero una evidente y de la que no podemos dejar de hablar es los poderosísimos intereses económicos detrás de muchos tratamientos.

¿Algo más que le gustaría añadir, alguna reflexión personal que considere relevante para nuestros lectores?

Cuando dejas de centrarte en ‘luchar contra la enfermedad’ y pasas a perseguir la máxima salud (que obviamente es una forma indirecta de luchar contra la enfermedad) se abre un abanico infinito de opciones. La Oncología integrativa es tan inabarcable como apasionante. Creo que tenemos casi todo por navegar.