

Yoga, 'shiatsu', 'reiki'...: los españoles se apuntan a las terapias naturales

Casi 10,6 millones de personas han recurrido alguna vez a estos tratamientos

A.C.

MADRID. En las más de dos horas que dispone para comer, Leticia aprovecha para ir a clases de yoga y quitarse algo de estrés de encima; el pasado fin de semana sacó tiempo para darse un masaje *shiatsu* porque le han dicho que le ayudará a mejorar esa contractura que le hace la vida imposible, y de vuelta a casa pasará por la farmacia para comprarle a su hija esas pastillas de homeopatía para aliviarle el dolor de muelas.

Estas escenas de la vida cotidiana de Leticia son cada vez más habituales entre los españoles. Un estudio así lo confirma: conocemos y nos gustan las terapias naturales. El 95,4 por ciento de los españoles ha oído hablar alguna vez de ellas, sobre todo de disciplinas como el yoga, la acupuntura, el tai chi y los quimasaes.

Son datos del primer estudio sobre los usos y los hábitos de las terapias naturales en España que ayer presentó la Unión de Profesionales y Trabajadores Autónomos de España (UPTA) y la Federación Española de de Terapias Naturales y no Convencionales (Cofenat).



El yoga es una de las terapias más conocidas por los españoles. iSTOCK

Teoría y práctica. Según este mismo estudio, el 23,6 por ciento de la población española, casi 10,6 millones de ciudadanos, ha hecho lo mismo que Leticia y ha recurrido alguna vez a este tipo de terapias naturales. Aunque durante el año pasado se produjo un auténtico boom de este segmento de negocio, ya que casi 5,8 millones de perso-

nas recurrió a alguno de estos servicios. "Esto denota que tenemos una mentalidad cada vez más abierta, incluso el colectivo sanitario, y que nos gusta conocer otro tipo de culturas", confirma Alfonso Vinyals, responsable de este estudio.

¿Quién recurre a drenajes linfáticos, la osteopatía o la homeopatía? El perfil tipo de cliente perne-

tece a clase media y alta, es mujer, tiene entre 36 y 45 años y vive en áreas metropolitanas.

Y el cliente repite. Según los datos de la encuesta, el nivel de satisfacción de los usuarios de estas terapias es muy alto. De sobresaliente, si tenemos en cuenta que puntúan con un 4,18 sobre 5.

Compatible con la medicina

Entre las ventajas que señalan los adeptos a las terapias naturales destacan que permiten tanto la prevención como la curación, que son perfectamente compatibles con las terapias propias de la medicina convencional y que dan una imagen de prestigio y seriedad. Porque aseguran que mejoran cuerpo y alma. "Aumenta la comprensión y aceptación de uno mismo; proporcionan paz y tranquilidad, y propician un cambio de estilo de vida", citan los encuestados.

Pero no todo son alabanzas. Entre los aspectos que creen que se debería mejorar está la cierta desconfianza que producen algunas de estas técnicas y la falta de profesionalidad de las personas que las imparten.