

Actualización: Acupuntura

Acupuncture

Ariana Cheng*

Resumen

La Medicina Tradicional China nació hace 3000 años y considera el cuerpo humano como un sistema en el que la energía fluye a través de canales energéticos llamados Meridianos, en los cuales se encuentran los puntos acupunturales. Cuando estos flujos se encuentran equilibrados el cuerpo está saludable, mientras que si este equilibrio es interrumpido (por factores agresores internos o externos) y si el organismo no logra restablecerlo, aparece la enfermedad. La Acupuntura es una antigua técnica que consiste en la inserción de agujas finas en puntos específicos del cuerpo para mejorar la salud y el bienestar, y para prevenir y curar enfermedades.

Abstract

Traditional Chinese Medicine was born 3000 years ago and considers the human body as a system with energy that flows through energy channels called meridians, which are acupuncture points. When these flows are balanced, the body is healthy, whereas if this balance is disturbed (by internal factors or external attackers) and if the body fails to reset it, disease appears. Acupuncture is an ancient technique that involves inserting thin needles into specific body points to improve health and well-being, and to prevent and cure diseases.

Palabras clave: Medicina Tradicional China, acupuntura, conceptos generales. **Key words:** Traditional Chinese Medicine, acupuncture, general concepts

Cheng A. Acupuntura. Evid. Act. Pract. Ambul. Ene-Mar.2013.16(1). 24-25.

La Acupuntura es una antigua técnica de la Medicina Tradicional China que consiste en la inserción de agujas finas en puntos específicos del cuerpo para mejorar la salud y el bienestar, y también para prevenir y curar enfermedades. La acupuntura estimula la habilidad y la capacidad natural del cuerpo para sanarse a sí mismo.

La Medicina Tradicional China nació aproximadamente hace 3000 años. Considera el cuerpo humano como un sistema energético donde la energía fluye a través de canales energéticos llamados Meridianos, en los cuales se encuentran los puntos acupunturales. Cuando estos flujos se encuentran equilibrados el cuerpo está saludable. Si este equilibrio es interrumpido, tanto por factores agresores internos como externos, nos encontramos entonces ante un desequilibrio energético. Por lo tanto, si el organismo no logra restablecer ese equilibrio aparece la enfermedad.

Como todas las terapias, es importante saber que la Acupuntura tiene sus limitaciones también. Es por eso que ante las enfermedades que la medicina tradicional china no puede curar, la mejor alternativa es recurrir a un tratamiento complementario con la medicina alopática para potenciar los efectos beneficiosos de ambas medicinas y obtener mejores resultados, reduciendo así posibles efectos adversos de los tratamientos farmacológicos. Por consiguiente en los países donde la investigación e innovación en medicina se encuentran más avanzados, se está incorporando la Acupuntura a su sistema de salud con la meta de ofrecer a los pacientes la posibilidad de acceder a una terapia alternativa o complementaria a la alopática para mejorar su bienestar general y alcanzar una mejor calidad de vida. Hay muchas teorías respecto a como realmente funciona la acupuntura. Cuando los puntos de acupuntura son estimulados, causan un dolor sordo u otras sensaciones en el músculo. Una teoría dice que el músculo estimulado y las neuronas sensoriales mandan un mensaje al sistema nervioso central, causando la emisión de endorfinas y de otros neurotransmisores, que ayuda a bloquear la llegada del mensaje del dolor al cerebro y también tienen otros efectos regulatorios. Las endorfinas son los analgésicos naturales del cuerpo, y de modo singular pueden aliviar el dolor, determinando sensación de calma y bienestar. Otra teoría es que la acupuntura funciona transmitiendo señales a través de las fascias. Las fascias son vainas finas que contienen todos los músculos del cuerpo. Si se considera a los meridianos como cadenas miofasciales, puede explicarse porque estimulando un punto de acupuntura en una parte del cuerpo se puede influenciar a otra parte de cuerpo. Por ejemplo, si uno aplica una aguja

en el antebrazo mejora el dolor de la zona dorsal del torax.

Hasta el momento no existen teorías científicas que logren explicar y comprender empíricamente el efecto final de la acupuntura en el organismo, solo existen evidencias científicas que permiten interpretar parcialmente la relación entre la intervención de la Acupuntura y la totalidad de los efectos obtenidos luego de la misma. Se han publicado numerosos estudios acerca de la aplicabilidad de la acupuntura a diversos problemas de salud. Sobre la evidencia de la eficacia de la acupuntura en diversas patologías, un panel de expertos del Instituto Nacional de Salud de EEUU (NIH) publicó en 1997 su consenso de acupuntura, "diciendo que hay clara evidencia de la eficacia de la acupuntura en el tratamiento de las náuseas post-quirúrgicas, post-quimioterapia y del embarazo, y que también puede ser efectiva para otras condiciones como adicciones, cefalea, dismenorrea, fibromialgia, asma, síndrome del túnel carpiano, dolor dental, así como complemento en la rehabilitación luego de un accidente cerebro vascular".

En este sentido, es muy conocida hoy en día la eficacia de la acupuntura para el tratamiento del dolor crónico y es sabida también su utilización para lograr la anestesia general.

Por otro lado, en 2008 The Cochrane Library publicó una serie de revisiones sistemáticas sobre la efectividad de la Acupuntura en distintos problemas de salud, mostrando buena evidencia para dolores crónicos (cefalea, lumbalgias, omalgias, entre otros) y para el alivio de náuseas y vómitos en embarazadas y pacientes post quimioterapia. Parar el resto de las enfermedades llegaron a la conclusión que hay una pobre evidencia por falta de trabajos de buena calidad metodológica y por la escasa cantidad de trabajos de investigación sobre el tema. Actualmente sigue siendo fundamental en los sistemas de salud en países como China, Japón, Corea y Taiwán; mientras que en Occidente la Acupuntura se encuentra entre las terapias alternativas más conocidas, aceptadas y recomendadas por la OMS y los Institutos Nacionales de Salud de los Estados Unidos de América. Respecto de Latinoamérica, vale destacar que Brasil la ha incorporado a su sistema de Salud Pública; mientras que en Cuba también la ha incluido junto con otras terapias alternativas, siendo aplicada principalmente en los centros de salud de atención primaria. En Argentina, funciona actualmente un servicio de Acupuntura en el Hospital Nicolás Avellaneda de Tucumán. Por otro lado, desde 2008 el Hospital Italiano de Buenos Aires ofrece dicha terapia en el contexto de sus tratamientos integrales complementarios.

Recibido el 11/02/12 y aceptado el 06/06/12.

* Servicio de Medicina Familiar y Comunitaria del Hospital Italiano de Buenos Aires. ariana.cheng@hiba.org.ar

Bibliografía

- Ernst E. A systematic review of systematic reviews of homeopathy. *British Journal of Clinical Pharmacology* 2002 54: 577-582.
- Feldhaus HW. Cost-effectiveness of homeopathic treatment in a dental practice. *Br Homeopath J* 1993; 82:22-8.
- Frei H, Thurneysen A. Homeopathy in acute otitis media in children: treatment effect or spontaneous resolution? *Br Homeopath J* 2001; 90: 180-2.
- Frenkel M y col. Effects of homeopathic intervention on medication consumption in atopic and allergic disorders. *Altern Ther Health Med* 2002; 8: 76-9.
- Jonas W y col. A critical overview of homeopathy. *Annals of Internal Medicine* 2003 138: 393-399.
- Kayne S. Global reviews on homeopathy. *Homeopathy National Knowledge Week*, 11-15 June 2007.
- Disponible en URL: <http://www.library.nhs.uk/cam/viewResource.aspx?resID=262124&code=4588d36fe4d34bc4ea5cd8a7a1bae9e7> (último acceso 09/11/09).
- Mathie RT. The research evidence base for homeopathy: a fresh assessment of the literature. *Homeopathy*. 2003 Apr;92(2):84-91.
- Sharples F y col. Patients' perspectives on using a complementary medicine approach to their health. A survey at the Royal London Homeopathic Hospital NHS Trust. London, 1998.
- Swayne J. The cost and effectiveness of homeopathy. *Br Homeopath J* 1992; 81:148-5.
-
- Cheng A. La acupuntura mostró beneficios a largo plazo en el tratamiento de la lumbalgia crónica. *Evid actual pract ambul.* 11(1).10.Ene-Feb 2008. Comentado de: Thomas K et al. Randomised controlled trial of a short course of traditional acupuncture compared with usual care for persistent non-specific low back pain. *BMJ.* 2006 Sep 23;333 (7569):623. Epub 2006 Sep 15. PMID: 16980316.
- Cheng A y Yamauchi G. La digitopuntura es eficaz para tratar pacientes con lumbalgia crónica. *Evid. actual. práct. ambul.* 9(4) ;108. Jul-Ag. 2006. Comentado de: Hsieh L, Kuo CH, Lee LH, Yen AM, Chien KL, Chen TH. Treatment of low back pain by acupressure and physical therapy: randomised controlled trial. *BMJ.* 2006 Mar 25;332 (7543): 696-700. PMID: 16488895.
- Fundamentos de Acupuntura y moxibustion de China: Recopilado por Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, Instituto de la Medicina Tradicional de Shanghai, Instituto de la Medicina Tradicional de Nanjing e Instituto de Investigación de Acupuntura y Moxibustion de la Academia de la Medicina Tradicional China. Primera edición. China: Zhang Jun y Zheng Jing, 2003. 461p
- Furlan AD, van Tulder MW, Cherkin D, Tsukayama H, Lao L, Koes BW, Berman BM. Acupuntura y técnica de aguja seca para el dolor lumbar, revisión sistemática. *La Biblioteca Cochrane Plus* (ISSN 1745-9990). De La Biblioteca Cochrane Plus, número 3, 2008. Oxford, Update Software Ltd.
- Lee A, Done ML. Estimulación del punto de acupuntura P6 de la muñeca para la prevención de náuseas y vómitos en el período postoperatorio, revisión sistemática. *La Biblioteca Cochrane Plus* (ISSN 1745-9990). De La Biblioteca Cochrane Plus, número 3, 2008. Oxford, Update Software Ltd.
- Lopez, Edgardo. Neurofisiología de la Acupuntura: su relación mente y cuerpo. Primera edición. Buenos Aires: Serendipidad. 2005. 384p
- Melchart D, Linde K, Berman B, White A, Vickers A, Allais G, Brinkhaus B. Acupuntura para la cefalea idiopática, revisión sistemática. *La Biblioteca Cochrane Plus* (ISSN 1745-9990). De La Biblioteca Cochrane Plus, número 3, 2008. Oxford, Update Software Ltd.
- Kapchuk, Ted. Medicina China: Una Trama sin Tejedor. Primera edición. Buenos Aires: Continente-Pax, 2006. 400p
- Sussmann, David. Que es la Acupuntura. Primera edición, 11ª reimpresión. Buenos Aires: Kier, 2009. 256p
- Trinh K, Graham N, Gross A, Goldsmith CH, Wang E, Cameron ID, Kay TM, Cervical Overview Group. Acupuntura para los trastornos del cuello, revisión sistemática. *La Biblioteca Cochrane Plus* (ISSN 1745-9990). De La Biblioteca Cochrane Plus, número 3, 2008. Oxford, Update Software Ltd.

