

La aguja seca es efectiva para el tratamiento de la cervicalgia crónica

Dry needling is effective for chronic neck pain

Cerezo-Téllez E y col. International Association for the Study of Pain. 2016;157:1905-7.

Objetivos

Evaluar la efectividad del tratamiento con aguja seca en pacientes con dolor cervical crónico atribuible a síndrome miofascial en músculos cervicales.

Diseño

Ensayo clínico aleatorizado, simple ciego.

Pacientes y lugar

Se incluyeron 130 pacientes de Madrid, España con dolor cervical de al menos seis meses de evolución, sin causa aparente de su dolor (post traumático o neurológico), que presentaron al menos un punto gatillo en alguno de los siguientes músculos: trapecio, elevador de la escápula, multifido, esplenio. Se excluyeron pacientes con antecedentes de traumatismo mayor, embarazo, dolor generalizado, comorbilidades, uso de analgésicos, anticoagulantes o antidepresivos. Se utilizó un sistema de aleatorización por computadora.

Intervención

En el grupo intervención se le realizó punción con aguja seca

en cada punto gatillo activo, hasta obtener cuatro a cinco respuestas de espasmo local y luego se realizó la elongación pasiva de los músculos tratados. En el grupo control se le realizó solamente elongación pasiva de los músculos afectados. Cada grupo fue tratado por un único terapeuta físico, basándose en un protocolo definido antes de comenzar el estudio. Los tratamientos eran bisemanales y duraron dos semanas.

Medición de resultados principales

Se utilizó una escala analógica visual 10 puntos (100 mm) para evaluar el dolor y se consideró cero a la ausencia de dolor, diez al peor dolor imaginable, 15 mm a la mínima diferencia detectable, y 24 mm a la diferencia mínima clínicamente significativa. Se realizaron mediciones basales, a la semana, a las tres semanas (luego de finalizar el tratamiento) y a los 15, 30, 90 y 180 días.

Resultados Principales

El análisis fue por intención de tratar. En la tabla 1 se observan los resultados principales.

Tabla 1. Diferencias en la escala de dolor* entre ambos grupos.

Medicacione	Grupo control			Grupo aguja seca			Comparación	
	N	Promedio	Desvío estándar	N	Promedio	Desvío estándar	Diferencia promedio	IC 95%
1ra semana	64	-1,06	0,16	64	-3,73	0,22	2,67	2,14 a 3,20
3ra semana**	64	-1,57	0,17	64	-4,81	0,2	3,24	2,72 a 3,77
180 días***	64	-1,6	0,25	64	-4,08	0,25	2,48	1,77 a 3,18

* En una escala visual análoga de diez puntos, tomando como referencia el puntaje basal de dolor. ** Finalización del tratamiento activo. *** Etapa de seguimiento. IC: intervalo de confianza.

Conclusiones

El uso de aguja seca para el tratamiento de cervicalgia crónica no específica se asoció a una reducción clínicamente significativa del dolor.

Fuente de financiamiento/conflicto de interés de los autores: los autores refieren no poseer conflicto de intereses ni declaran la fuente de financiamiento.

Comentario

El síndrome miofascial constituye una causa muy frecuente del dolor musculoesquelético, representando entre 20 y 90% de las consultas en centros especializados en dolor¹. La inyección de puntos gatillos, técnica descrita originalmente por la Dra. Travell, utiliza la punción con aguja seca (sin inyectar fármacos) o la punción con aguja hueca con administración de lidocaína, con el objetivo de inactivar puntos gatillos, y de esta forma mejorar el dolor y la limitación en el rango de movilidad característicos del síndrome miofascial¹. Es una técnica sencilla y segura en manos experimentadas, bien tolerada por los pacientes, que puede ser realizada en el consultorio. Puede proporcionar alivio a pacientes que en general han consultado numerosas veces a diferentes especialistas y que no suelen responder a los tratamientos considerados "estándar" (analgésicos y kinesioterapia). Si bien existen otros estudios que también demuestran la efectividad de esta técnica para el alivio del dolor en diferentes ubicaciones anatómicas², no existen estudios con seguimiento a largo plazo por lo cual se desconoce si la disminución del dolor se mantiene con el paso del tiempo³. En la práctica cotidiana, suele asociarse el uso de aguja seca con otros tratamientos de inyecciones (proloterapia o neuroproloterapia). Aunque no existe evidencia que demuestre el beneficio de esta asociación, la experiencia de los profesionales que utilizamos las técnicas combinadas suele ser muy satisfactoria para el alivio del dolor musculoesquelético.

Conclusiones del comentarior

La técnica de aguja seca es sencilla de aprender, y brinda al médico de atención primaria un recurso de bajo costo para aliviar el dolor de sus pacientes.

Tamara Sigal [Servicio de Medicina Familiar y Comunitaria del Hospital Italiano de Buenos Aires. tamara.sigal@hospitalitaliano.org.ar]

Sigal T. La aguja seca es efectiva para el tratamiento de la cervicalgia crónica. Evid Actual Pract Ambul. 2018;21(4):104. Comentario de: Cerezo-Tellez E, y col. Effectiveness of dry needling for chronic nonspecific neck pain: a randomized, single-blinded, clinical trial. Pain. 2016;157(9):1905-17. Epub 2016/08/19. doi: 10.1097/j.pain.0000000000000591. PMID: 27537209.

Referencia

1. Travell & Simons' Myofascial Pain and Dysfunction: The Trigger Point Manual. Volume 1. Upper Half of the body. Second edition. Wilkins & Wilkins. 1999. Capítulo 2.
2. Tüzün y col. Effectiveness of dry needling versus a classical physiotherapy program in patients with chronic low-back pain: a single-blind, randomized, controlled trial. J Phys Ther Sci. 2017 Sep; 29(9):1502-1509.
3. James Dunning y col. Dry needling: a literature review with implications for clinical practice guidelines. Phys Ther Rev. 2014 Aug;19(4):252-265.