

La ciencia avala el uso de la acupuntura

La medicina oficial integra la técnica de las agujas como terapia

ANA MACPHERSON

16/01/2011 02:25 | Actualizado a 16/01/2011 13:10

Agujas para el dolor, para dejar de fumar, para no vomitar, para adelgazar. ¿Para todo? La evidencia científica es el listón. Para que cualquier procedimiento médico –un fármaco, una **intervención quirúrgica**, una prueba diagnóstica– sea aceptada sin que nadie arrugue la nariz de la duda debe pasar por ese filtro: el de demostrar que funciona y compararse con otras soluciones existentes.

La **acupuntura**, basada originalmente en la medicina tradicional china y actualmente también apoyada en la neurofisiología moderna, va pasando ese listón de la evidencia. Tratada durante años como una medicina alternativa, poco a poco incorporada a la práctica oficial y pública en parte de Europa –en España también, más tímidamente–, se propone salir de ese apartado de medicinas alternativas para ser una técnica de la medicina basada en la evidencia científica.

“Como no hay laboratorios que puedan beneficiarse, no hay dinero para investigar, pero a medida que crece el número de trabajos y publicaciones revisadas y verificadas, la investigación se dispara”, explica la doctora Isabel Giralt, médica acupuntora.

En la sección correspondiente del Col·legi de Metges de Barcelona están preparando unas jornadas dedicadas precisamente a concretar para qué problemas de salud los tratamientos con acupuntura son una buena opción, la mejor, o un buen aliado. Y que, de paso, todos los médicos lo sepan. “Un paso hacia lo que llamamos medicina integrativa”, explica la doctora Giralt.

Los canales que se describen en la acupuntura están íntimamente relacionados con el sistema nervioso periférico. Hay una clara relación entre los puntos en los que actúan las agujas y los segmentos nerviosos. Cuando se pincha en un punto determinado de la pierna, se incide en una zona inervada por el mismo segmento que, por ejemplo, inerva

el útero. “Aunque hay leyes de la medicina tradicional china que no tienen hoy esa traslación al sistema nervioso”, advierte Giralt.

Esa aguja, que se clava a distintas profundidades según qué se quiera tratar, aumenta la liberación de sustancias a nivel local, con efecto analgésico, antiinflamatorio o vasodilatador, y también en la médula espinal y en el sistema nervioso central, a través del sistema límbico. Una de las sustancias que estimula es el gaba, un aminoácido que actúa como neurotransmisor inhibitorio, presente prácticamente en todo el cerebro y que relaja, y además –y eso se ha podido ver con pruebas de diagnóstico por imagen– llega más oxígeno a la zona que se quiere tratar.

Por eso los acupuntores tratan con las agujas o con electroacupuntura (multiplica por diez el estímulo) todo tipo de dolencias. Pero sólo una parte de esta actividad recibe hoy el aval de medicina basada no en la experiencia o la tradición, sino en la evidencia científica.

El principal reconocimiento, al margen del de sus usuarios, lo proporciona la revisión Cochrane, la biblia de las validaciones médicas, una organización sin ánimo de lucro que a nivel mundial repasa lo que se publica en medicina y dicta su particular sentencia. Algunos de los procedimientos más indudables son:

Dolor lumbar. Es probablemente el dolor más tratado con la acupuntura en todo el mundo. Es eficaz para el dolor de causa desconocida (no por un golpe o un desgaste de las vértebras) y los especialistas en columna lo recomiendan como tratamiento cuando no hay otro remedio eficaz. Se le reconoce a la acupuntura que mejora el dolor a corto plazo y la funcionalidad.

Cefalea tensional. Según la revisión de ensayos, es una alternativa al farmacológico en pacientes con episodios frecuentes o dolor crónico de cabeza de este tipo.

Migraña. No sólo produce un beneficio adicional, sino que se le reconoce como terapia de rutina y se le considera al menos tanto más efectiva que la terapia convencional pero con menos efectos adversos.

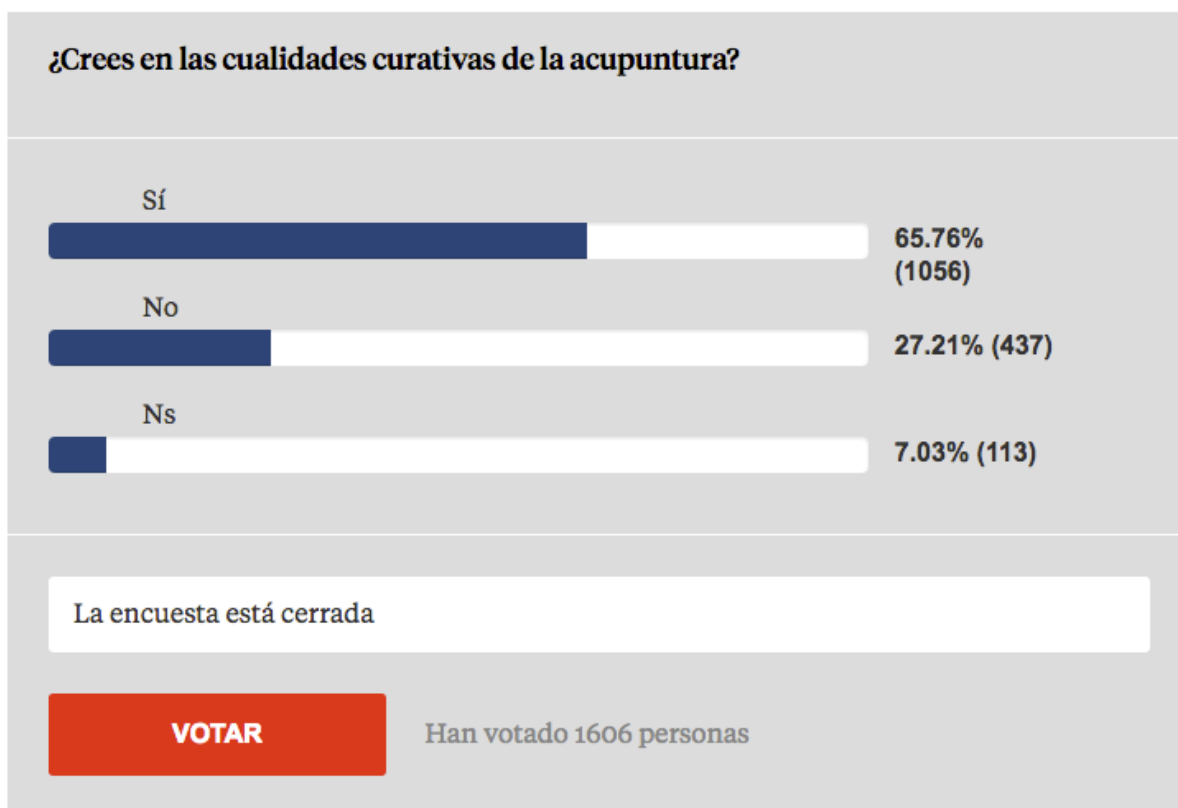
Dolor en el hombro. El crónico, que suele ser provocado por tendinitis. El tratamiento es tan eficaz como el convencional, que suele combinar antiinflamatorios y rehabilitación.

Sofocos. Se acepta que mejoran los sofocos no sólo causados por la menopausia, sino también los provocados por tratamientos habituales del cáncer de mama.

Rinitis alérgica. La eficacia del tratamiento con acupuntura es más evidente en el tipo permanente que en la estacional. Se llama la atención sobre la importancia de la relación coste-beneficio de este tratamiento.

Ovulación. También incide en los problemas de fertilidad derivados de ovarios poliquísticos porque se considera que la electroacupuntura mejora la afluencia de sangre al área genital.

Síntomas oncológicos. Náuseas, vómitos, insomnio, sofocos, sequedad de las mucosas, ansiedad y depresión son algunas de las secuelas de los tratamiento oncológicos que evita con eficacia, minimizando los efectos secundarios.



En el hospital de Mataró han estudiado si la acupuntura mejoraba el a menudo ineficiente tratamiento farmacológico de los dolores lumbares que no tienen una causa conocida, algo muy común. Quienes sufren ese dolor toman analgésicos, antiinflamatorios, lo dejan, vuelven... Y por ese motivo se considera que el tratamiento convencional es deficitario.

Compararon cuatro grupos de pacientes durante nueve meses: a unos les dieron el tratamiento convencional; a otros, medicación más acupuntura; a otros, medicación más osteopatía (terapia manual más próxima a la fisioterapia), y al cuarto grupo, todo. El tratamiento con acupuntura produjo una reducción del dolor del 60%, aunque a los seis meses de nuevo aparecía dolor, en mucho menor grado que al principio. Y un tercio de los que participaron redujeron drásticamente su necesidad de analgesia. “Y también mejoró su funcionalidad y, por lo tanto, su calidad de vida”, explica el jefe de investigación del hospital, el doctor Mateu Serra. La prueba fue financiada por el Departament de Salut. “Pero ya terminó”. Ahora estudian la eficacia de la acupuntura para mejorar los síntomas de la fibromialgia.

Salvo excepciones muy personales por parte de algunos médicos acupuntores, sólo es posible recibir esta terapia de forma privada, aunque sea en un centro público y a precios moderados