



**UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL
JAPÓN-NICARAGUA**



東洋医学

ESPECIALIDAD EN ACUPUNTURA 2024-2025

**MANEJO DE LA LUMBALGIA CON MEDICINA TRADICIONAL Y
TERAPIAS COMPLEMENTARIAS, OCTUBRE 2024**

Autor:

Lic. Flor de María Sánchez Ricarte

flordemasr1972@gmail.com

Docente:

Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros

franciscojaviertoledocisneros@gmail.com

Managua Nicaragua, 16 octubre del 2024

Contenido

INTRODUCCIÓN.....	3
DESARROLLO	5
CONCLUSIONES.....	11
BIBLIOGRAFÍA.....	12
ANEXOS.....	13

INTRODUCCIÓN

El dolor lumbar o lumbalgia se considera el principal causante de limitación de la actividad y de ausencia al puesto de trabajo en la mayor parte del mundo, tanto en los países con un menor nivel de vida como en las desarrolladas. Esta sintomatología se encuentra en al menos una ocasión a lo largo de la vida del individuo, existen diversos factores de riesgo como la edad, la obesidad, las comorbilidades físicas o mentales, un componente desencadenante a nivel genético. (Pérez Adrián et., al 2023)

El dolor lumbar cada día adquiere mayor prevalencia debido a las malas posturas, trabajo forzado, traumatismos, accidentes de tránsito etc. Es por eso por lo que día a día se ha tratado de optimizar los tratamientos con la medicina convencional, mediante el apoyo de las “clínicas del dolor” y últimamente se ha incorporado la medicina tradicional y terapias complementarias para mejorar la calidad de vida y el dolor agudo y crónico de quien la padece. (Novoa Gustavo 2016)

Dentro de la Medicina Tradicional China existe una serie de terapias para tratar la lumbalgia como son la Moxibustión, ventosa, acupuntura, electroacupuntura, auriculoterapia y otras como la Tuina, Gua sha, Tai chi, Qigong, Fitoterapia y la manipulación china. A través de diversos estudios, investigadores en dolor lumbar y otras patologías musculoesqueléticas concluyeron que dichas terapias dan buenos resultados en el tratamiento de esta patología. (Pinzón Nury 2017)

Los diferentes tipos de terapias alternativas varían partiendo del tipo de diagnóstico clínico y características de cada paciente, teniendo en cuenta siempre el manejo de los campos energéticos y la relación del ser humano consigo mismo y con el medio. Es por todo lo anterior que constituye una posibilidad de brindarle al paciente ser curado, pero desde una perspectiva más integrada y natural.

En función de la importante prevalencia que presenta la lumbalgia según la Organización Mundial de la salud (OMS), se producen en la población adulta en un 80% de los casos en algún momento de sus vidas y representan del 4 al 33% de la población mundial, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) ubica a la lumbalgia como una de las tres principales enfermedades ocupacionales en el mundo. (Dávila Amalia, 2011).

Así mismo representa a nivel mundial la segunda causa de dolor, la tercera frecuencia de intervención quirúrgica y la quinta en frecuencia de hospitalización. Además, la tercera causa de incapacidad funcional crónica después de las afecciones respiratorias y traumatismos en personas mayores de 45 años y la primera causa en los menores de 45 años. Según refiere el autor de esta tesis. (Dávila Amalia, 2011).

De acuerdo con lo anterior es preciso decir que han existido enfermedades más prevalentes que otras en la población. Sin embargo, una de las más frecuentes es el dolor lumbar esta se define como un síndrome musculoesquelético o conjunto de síntomas cuyo principal síntoma es la presencia de dolor focalizado al final de la columna en la zona lumbar, provocando disminución funcional con o sin dolor en las piernas que puede afectar la columna vertebral. (Pinzón Nury 2017).

En este sentido a través de muchos estudios científicos se ha comprobado que la medicina tradicional china y las diversas terapias complementarias forman un papel trascendental en mejorar el estado salud, mejorar la calidad de vida de la población y la reinserción en diferentes actividades de la vida diaria, específicamente para diversos diagnósticos o trastornos musculoesqueléticos en este caso como la lumbalgia o dolor lumbar.

Este ensayo tiene como objetivo identificar un motivo de consulta al servicio de fisioterapia y rehabilitación en los diferentes hospitales y puestos de salud de Nicaragua, relacionarlo con la ayuda de medicina tradicional y terapias complementarias. Así mismo desarrollar habilidades y destrezas para elaborar propuesta de investigación basados en las etapas del proceso de la investigación.

DESARROLLO

Inicialmente el dolor siempre ha sido desde hace miles de años un tema de gran preocupación para la humanidad. En la antigüedad y en la China de hace unos 5000 años sus habitantes mitigaban el dolor con el calor y con el uso de objetos punzantes hechos con piedra y huesos colocados en sitios específicos del cuerpo, iniciándole unos de los sistemas uno de los sistemas médicos más antiguos del planeta, la Acupuntura y la Moxibustión.

Según (Novoa Gómez, 2016) el manejo del dolor lumbar agudo y crónico, es un tema de vital importancia para el personal de salud, y ha sido un desafío médico en el ámbito hospitalario como en la consulta externa. El dolor lumbar cada día adquiere mayor prevalencia debido a las malas posturas, trabajo forzado, traumatismos, accidentes de tránsito, etc.

Es por eso por lo que día a día se ha tratado de optimizar en nuestro medio los tratamientos con la medicina convencional, mediante el apoyo de las “clínicas del dolor”, y últimamente se ha incorporado la medicina alternativa como parte de este equipo multidisciplinario. Este equipo tiene como fin minimizar el sufrimiento de los pacientes, asegurar una mejor calidad de vida y acelerar la recuperación de los pacientes entre otros.

Es importante destacar que la filosofía de la Medicina Tradicional China está basada en el holismo y observa al paciente como un todo, donde existe una serie de mecanismos energéticos perfectamente armonizados; es así que cualquier desequilibrio en ese complejo engranaje puede conllevar a una serie de imperfecciones en el flujo energético y en la salud del paciente.

En el mundo occidental la medicina está basada en el Positivismo y en el Reduccionismo, donde todo tiene una base científica y para cada enfermedad existe una especialidad que orienta su diagnóstico y tratamiento desde su perspectiva. Este tipo de pensamiento no admite medicinas procedentes desde filosofías tal vez no muy bien comprendidas, como lo es la oriental. La acupuntura y la auriculoterapia han demostrado mediante muchos estudios su utilidad en el manejo de patologías de origen doloroso como el lumbago.

El dolor lumbar es uno de los síntomas referidos con mayor frecuencia en la consulta médica, siendo un factor limitante en las actividades de la vida diaria y la actividad laboral. Las nuevas terapias, como el tratamiento con ventosas, parece aportar resultados prometedores al manejo del dolor lumbar refiere la Revista de Asociación Española de especialistas en medicina del trabajo.

Según Pérez-Cordeiro et al. (2023), la lumbalgia puede presentarse por diferentes tipos de dolor, destacando el nociceptivo, el neuropático, el nociplástico o el inespecífico, pero con frecuencia se presentan conjuntamente. Según el artículo, la clasifican según la patología causante, dividiéndola en “primaria o específica” que se refiere al 10% de los casos, cuando se conoce la causa que lo produce, como pueden ser las espondilolistesis, enfermedades inflamatorias o degenerativas.

Del tipo “inespecífica”, donde no se presenta una patología que desencadene la sintomatología, refiriéndose en aproximadamente el 90% del total. También se pueden clasificar según su duración, dividiéndose en: dolor “agudo” cuando se erradica antes de 4 semanas, “subagudo” si se mantiene entre 4 y 12 semanas o “crónico” cuando supera las 12 semanas.

El tratamiento con ventosas es un sistema de medicina tradicional oriental, obteniendo mayor popularidad en los últimos tiempos con su utilización por deportistas en los Juegos Olímpicos de 2016. Esta técnica consiste en la aplicación de presión negativa en un área específica de la piel generando un efecto vacío. Se utilizan copas con una forma circular de materiales como vidrio, metal o plástico, para el alivio del dolor y las lesiones musculoesqueléticas.

La ubicación de las ventosas suele estar relacionada con puntos característicos de acupuntura, para permitir el seguimiento de la medicina tradicional relacionada con la circulación de “Qi” y sangre en el área de tratamiento, con el fin de lograr la armonía fisiológica y el equilibrio corporal. La terapia con ventosas abarca varios tipos de técnicas desde la antigüedad, con la aparición de nuevos ensayos clínicos, ha aumentado el interés por esta terapia,

Según Pinzón Ramírez (2017), el dolor lumbar es el malestar localizado por encima del pliegue del glúteo, con o sin dolor en las piernas que se genera por un trauma en Tendones, músculos, partes blandas, raíces nerviosas y nervios altamente sensibles que van de la parte inferior de la espalda a las piernas y los pies, Articulaciones pequeñas y complejas, discos intervertebrales con sus núcleos gelatinosos, complementando que esta zona es la base de todo tipo de movimiento físico.

A nivel epidemiológico los componentes del dolor lumbar pueden estar asociados con la edad, talla y peso, flexibilidad y fortaleza de la musculatura de la espalda y otros factores relacionados con la actividad laboral, actividad física y lo psicosocial, por ende, es de considerar que esta afección sea un problema de salud pública ya que en ocasiones se torna incapacitante para quien lo sufre.

Según la investigación, en Colombia el 50% de las personas adultas sufren de lumbalgia, y es de las mayores causas para la reubicación laboral y el retiro de esta misma, por esto es tan importante darle una solución a este malestar. Este trabajo muestra una solución para el dolor lumbar por medio de la medicina china enfocada en la acupuntura.

En la terapéutica de la medicina tradicional china, la acupuntura es un representante típico, pero es sólo una de las varias terapias generales del manejo del dolor lumbar, igualmente la auriculoterapia, la acupresión, el uso de ventosas, la moxibustión, la tuina, y otras terapias como el Gua sha, Tai chi, Quijongo, la medicina herbal China, la manipulación China y la electroacupuntura.

El dolor lumbar representa en la actualidad uno de los principales problemas de salud pública en el país. En este sentido se debe tener claro que la salud pública según Moreno la OMS (2008) se refiere a la ciencia y arte de promover la salud, prevenir la enfermedad, prolongar la vida y mejorar las condiciones asociadas a la misma es decir tener calidad de vida por medio del esfuerzo organizado de la sociedad.

Sin embargo, la salud pública ha evolucionado generando un nuevo concepto el cual se define como: la forma en la que los estilos de vida y condiciones asociadas a la misma determinan el estado de salud de la sociedad en su conjunto; y el reconocer la necesidad

de movilizar recursos y/o invertir en políticas, programas, y servicios que creen, mantengan y protejan a la salud mediante la promoción y desarrollo de estilos de vida y ambientes saludables.

Las vértebras lumbares son las cinco más bajas de la columna presacra. Pueden ser fácilmente distinguidas por la ausencia de carillas articulares costales. Su cuerpo es más grande que en los otros segmentos de la columna. Tiene un ancho de 5 cm, un diámetro anteroposterior de 3 cm y es ligeramente más grueso en su parte anterior que en la posterior.

Todas las estructuras asociadas con el arco vertebral son romas y robustas. Los gruesos pedículos están ubicados en las partes dorsolaterales del cuerpo y con las láminas dan forma de triángulo equilátero, de paredes curvas, al agujero vertebral. Las apófisis transversas se proyectan ligeramente hacia atrás, Las vértebras lumbares son las cinco más bajas de la columna presacra. Pueden ser fácilmente distinguidas por la ausencia de carillas articulares costales.

La lumbalgia mecánica es una de las patologías osteomusculares más frecuentes en la consulta en fisioterapia. Entre las diferentes técnicas de tratamiento desde el punto de vista de la rehabilitación, empleadas para mejorar la sintomatología, están la termoterapia superficial y profunda, el estiramiento y el fortalecimiento de la musculatura lumbo-pélvica, las técnicas de flexión de Williams, Kester, Risser y McKenzie, la técnica de extensión de McKenzie, la electroterapia, las manipulaciones, la cinesioterapia, el balón terapia, entre otras. (Osorno et al., 2005)

Desde la medicina occidental la lumbalgia es un síntoma músculo esquelético frecuentemente agudo o crónico, causado por diversas enfermedades y trastornos que afectan la columna vertebral lumbar, suele acompañarse de ciática. Afecta un porcentaje muy importante de la población en algún momento de su vida con la suficiente gravedad para que tenga que dejar de trabajar. Es la segunda causa más frecuente de consulta a los médicos de atención primaria.

Los tiempos modernos han traído consigo un sin número de avances científicos y tecnológicos de gran impacto en la sociedad actual. Todos estos avances han aportado enormemente al crecimiento de la medicina desde una perspectiva tanto tradicional como no tradicional. Tal es el caso de la llamada Medicina Alternativa o Medicina Holística, la cual le ofrece al paciente opciones más innovadoras para sus enfermedades, buscando siempre un bienestar integral.

Según Rodríguez García et al. (2023), la columna es un complejo articular conformado por estructuras óseas, musculares, tendinosas y ligamentarias, que permite movimientos de flexión, extensión, inclinación lateral y rotación (gracias a su conformación en piezas vertebrales superpuestas), además sirve como eje de soporte de cargas al cuerpo y brindar protección a la médula espinal. Esto le confiere gran importancia en la biomecánica corporal ya que sus estructuras deben estar fisiológica y anatómicamente sanas para que funcione en forma óptima.

Cuando se presentan alteraciones como retracciones, fracturas, esguinces, luxaciones y roces articulares, se genera un compromiso en la funcionabilidad que puede ocasionar dolor, limitación en la movilidad articular, desequilibrio muscular, deformidades, dentro de las lesiones de la columna, se destacan la lumbalgia: que es dolor localizado o irradiado en la parte inferior de la espalda cuyo origen tiene que ver con la estructura-musculo esquelética de la columna vertebral.

Como parte de las terapias complementarias, la moxibustión indirecta aplicada en pacientes con lumbalgia disminuye el dolor. Esta técnica consiste en introducir calor al cuerpo usando los puntos de acupuntura de los principales meridianos reduciendo el frío y la humedad interna favoreciendo las condiciones de yin y yang de nuestro interior, tiene un doble efecto de tonificación y sedación que se basa en las acciones del sistema meridiano y los roles de moxa y fuego.

El tratamiento de moxibustión ha sido usado en los sistemas de medicina tradicional asiáticos durante miles de años. Antiguamente en China recibía el nombre de Jiuruo que significa “cauterización”, este método tradicional implica la incineración de “moxa” conocida en chino como “Ai ye”, y en occidente como Artemisa.

La convierte en un método efectivo para el abordaje de la sintomatología de enfermedades musculoesqueléticas de espalda (generan altos costos en salud y ausentismo laboral) y de gran eficacia como coadyuvante, al abarcar lo biopsicosocial, el tratamiento de moxibustión constituye una ventaja en el tiempo de recuperación, calidad del tratamiento y sencillez en la aplicación. Los efectos biológicos, como la vasodilatación, estimulación celular, efectos analgésicos, como aumento de la capacidad inmunológica, entre otros.

CONCLUSIONES

Inicialmente, el autor Novoa Gómez (2016), confirmó en su estudio monográfico que la Acupuntura y Auriculoterapia son de utilidad en lo preventivo para muchas patologías dolorosas tanto agudas como crónicas como el caso de la lumbalgia o dolor lumbar.

Además, Pérez-Cordeiro et al. (2023) por medio del Artículo efectos de la terapia con ventosas en pacientes con dolor lumbar, España, confirmaron que la terapia con ventosas para el tratamiento de la lumbalgia disminuye el dolor y la discapacidad, obteniendo resultados significativos y beneficiosos.

Seguido, Pinzón Ramírez (2017) a través de su estudio monográfico Revisión Bibliográfica de tratamientos para el dolor lumbar, refirió que la medicina china y en particular la acupuntura, da buenos resultados en el tratamiento de esta patología (Lumbalgia).

De igual forma, Gómez (2005) confirmó que la integración de la acupuntura y la electroterapia (corriente tipo tens bifásica) sobre los meridianos vejiga y vaso gobernador son efectivas para el manejo del dolor lumbar crónico (origen mecánico) y para mejorar la calidad de vida de los usuarios.

Finalmente, Rodríguez García et al. (2023) por medio del ensayo científico el tratamiento de moxibustión en pacientes con lumbalgia, concluyen que la moxibustión es efectiva en el tratamiento de la lumbalgia llevando consigo beneficios para la disminución del dolor e integración a las actividades diarias de quien la padece.

BIBLIOGRAFÍA

- Dávila Hernández, A. (2011). *Eficacia De La Craneoacupuntura Con Estímulo Manual Vs Estímulo Eléctrico En El Tratamiento De Lumbalgia*. Instituto Politécnico Nacional Escuela Nacional De Medicina Y Homeopatía.
- Novoa Gómez, G. A. (2016). *Acupuntura y auriculoterapia en el manejo del dolor lumbar* [Monografía, Universidad Nacional de Colombia]. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/56821>
- Osorno Caro, J., & Velásquez Lopera, J. C. (2005). *Protocolo de manejo para el dolor crónico en la región lumbosacra de origen mecánico con corriente tipo tens bifásica simétrica sobre los meridianos vejiga y vaso gobernador* (Trabajo de grado de pregrado, Facultad de Ciencias de la Salud, Fundación Universitaria María Cano). Repositorio Fundación Universitaria María Cano. <https://repositorio.fumc.edu.co/handle/fumc/1210>
- Pérez-Cordeiro, A., Justo-Cousiño, L. A., González-González, Y., Alonso-Calvete, A., & Da Cuña-Carrera, I. (2023). Efectos de la terapia con ventosas en pacientes con dolor lumbar. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 32(1), 54–74. Epub 1 de mayo de 2023. Recuperado el 4 de julio de 2025, de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S3020-11602023000100006
- Pinzón Ramírez, N. V. (2017). *Revisión bibliográfica de tratamientos para el dolor lumbar en el Hospital de Meissen desde la medicina convencional y la medicina tradicional china* [Universidad Nacional de Colombia.]. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/59670>
- Rodríguez García, A. L., Betancourt Núñez, S. V., & Velásquez Poveda, C. E. (2023, marzo). *El tratamiento de Moxibustión en pacientes con lumbalgia disminuye el dolor*. <https://umojn.edu.ni/wp-content/uploads/2023/12/El-tratamiento-de-moxibustion-en-pacientes-con-lumbalgia-disminuye-el-dolor.pdf>

ANEXOS



