



**UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL  
JAPÓN-NICARAGUA**



東洋医学

**ESPECIALIDAD EN ACUPUNTURA 2024-2025**

**MANEJO DE LUMBALGIA EN LA MEDICINA NATURAL Y TERAPIAS  
COMPLEMENTARIAS EN EL SERVICIO DE FISIOTERAPIA**

**Autor:**

Lic. Elda María Mercado Ávila

Fisioterapeuta

[eldamariamercadoavila@gmail.com](mailto:eldamariamercadoavila@gmail.com)

**Tutor:**

Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros

[franciscojaviertoledocisneros@gmail.com](mailto:franciscojaviertoledocisneros@gmail.com)

Managua Nicaragua, 16 de octubre del 2024

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	3
DESARROLLO .....	5
CONCLUSIONES.....	9
BIBLIOGRAFÍA.....	12
ANEXOS.....	13

## INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce la importancia de la Medicina Tradicional Complementaria y Alternativa, recomendando que estas sean acogidas y reguladas, especialmente en países en vías de desarrollo, por ser una solución más accesible y menos costosa, enfatiza que hay que potenciar su uso como fuente de cuidado de la salud, todo esto debe estar asociado con la política, seguridad, eficacia, calidad, acceso y uso racional.

La Acupuntura es uno de los microsistemas más importantes procedentes también de la filosofía China, es una herramienta de primera línea para el manejo del dolor lumbar, en los países orientales, la Medicina Tradicional China está basada en el holismo y observa al paciente como un todo, donde existe una serie de mecanismos energéticos armonizados; es así que cualquier desequilibrio puede conllevar a una serie de imperfecciones en el flujo energético y en la salud del paciente.

La OMS describe a la Medicina Tradicional como la suma total de conocimientos, capacidades y prácticas que se han pasado de generación en generación, según las creencias y experiencias de diversas culturas que han ayudado a preservar y mantener un equilibrio entre el ser humano y la naturaleza; por lo tanto, se orienta a prevenir o tratar diversas patologías a través de la investigación, destacando su importancia en incorporarse a la medicina convencional de manera segura, con calidad y calidez.

La lumbalgia es una de las patologías más comunes del sistema musculoesquelético, el dolor que se presenta es de tipo punzante en una etapa aguda de la patología, en algunos casos en una etapa crónica el dolor puede presentarse de manera irradiada.

Esta patología se presenta en cualquier edad en la población mundial y por diversas causas al menos en el 80% de la población mundial padecen de lumbalgia en alguna etapa de su vida, relacionada a afecciones, musculares o psicológicas.

Una de las patologías que causan mayor preocupación actualmente es la Lumbalgia, esta enfermedad se ha convertido en los últimos años en un problema de salud pública, haciendo parte de una de las 10 principales patologías de consulta médica y una de las

causas más comunes de discapacidad, ausentismo laboral y restricción de la actividad en general, además, de asociarse a procesos depresivos y alteraciones en el sueño a nivel mundial.

Se considera que entre el 60% y el 90% de la población occidental ha experimentado dolor lumbar en algún momento de su vida, además se cree que entre el 55% y 80% de estas personas tendrán que incapacitarse por lo menos una vez en la vida debido al dolor lumbar, generando altos costos en los tratamientos relacionados con esta patología.

## DESARROLLO

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, dándole inicio a uno de los sistemas médicos más antiguos del planeta, la Acupuntura y la Moxibustión.

Según la Asociación Internacional para el estudio del Dolor (IASP), definió dolor como una experiencia sensitiva y emocional desagradable, asociada a una lesión tisular real o potencial. La definición hace hincapié en la naturaleza física y emocional del dolor.

Según la Organización Mundial de la Salud el dolor es un fenómeno multidimensional con componentes sensoriales, fisiológicos, cognitivos, afectivos, conductuales y espirituales, establece que el dolor lumbar (DL) en torno a un 70 % lidera las causas de consulta médica a nivel mundial y que el 30 % restante corresponde a otras enfermedades musculoesqueléticas, circulatorias y respiratorias.

Gustavo Alexander Novoa Gómez por medio de un estudio presentado en el año 2016 refiere que 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 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.

Desde la Medicina Tradicional China, el dolor lumbar es también una de las dolencias más comunes entre las patologías musculo esqueléticas. El dolor lumbar agudo visto desde la MTCH casi siempre se debe a un estancamiento de Qi (Energía) o Xue (Sangre).

Mientras que el dolor crónico se debe a patologías propias de los órganos internos. Los meridianos que se relacionan con la zona lumbar son Vaso Gobernador o Du Mai Riñón y Vejiga.

Benjamín F. Rueda Quintanilla Diana Nicolle Daza Vargas, Rocio Bonilla Escobar/ Universidad Ciencia & Sociedad 2023; 24 manifiestan que esta patología se presenta en cualquier edad en la población mundial y por diversas causas, al menos en el 80% de la población mundial padecen de lumbalgia en alguna etapa de su vida, está relacionada a afecciones, musculares o psicológicas.

A las personas que están en una edad laboralmente activa se encuentran relacionados a una serie de factores físicos, propios de las actividades realizadas a lo largo de la vida cotidiana, además de estar muy relacionado al enfoque de género, dado que el dolor lumbar es más predisponente en el sexo femenino lo cual hace que su calidad de vida se vea afectada significativamente.

En la población juvenil la incidencia de la lumbalgia ha sido alarmante en los últimos años, está relacionado a varios factores, como el sobrepeso de las mochilas, la mala distribución de peso, como también en el sobrepeso y el sedentarismo.

La acupuntura es la terapia más característica de la medicina tradicional, la cual lleva conocimientos bastante complejos, se basa en la aplicación de agujas en determinadas partes del cuerpo, donde fluye la energía vital del cuerpo para que sea estimulada de diversas maneras, así restaurando el equilibrio entre los distintos órganos y tejidos.

La aplicación de la acupuntura es eficaz en dolores en la espalda baja, dando buenos resultados desde las primeras aplicaciones, donde se puede observar también que la eficacia dependerá del número de sesiones aplicadas en cada paciente y su metabolismo es decir la evolución de cada paciente de manera individual.

La acupuntura como un recurso terapéutico es de utilidad en la práctica médica, en combinación con la medicina convencional, puede contribuir al manejo de enfermedades agudas y crónicas, además de buscar la complementariedad y sinergia para disminuir

medicamentos, efectos adversos medicamentosos y quirúrgicos, al aprovechar factores de seguridad y de costo beneficio-efectividad en mejora de la salud y la calidad de vida.

En la actualidad muchas de las personas han comenzado a utilizar la Medicina Complementaria como la primera elección en el tratamiento de enfermedades, antes que la occidental ya que por sus componentes naturales causan un menor impacto dentro del organismo humano. La Medicina Tradicional Complementaria y Alternativa, recomienda que estas sean acogidas y reguladas, especialmente en países en vías de desarrollo.

Es una solución más accesible y menos costosa, enfatiza en potenciar su uso como fuente de cuidado de la salud, todo esto debe estar asociado con la política, seguridad, eficacia calidad, acceso y uso racional.

Roberto Miguel Nieto-García en un artículo sobre Breve historia de la acupuntura en el contexto de la medicina complementaria, un enfoque sociocultural; la historia de la acupuntura como medicina terapéutica tradicional es milenaria, llena de prosperidad y decadencia, misticismo y método científico, pero que, gracias a los esfuerzos de los(as) profesionales de la salud en diferentes etapas de la historia está ha logrado establecerse y perfeccionarse fuera de la región geográfica donde todo inició.

La Estrategia de la OMS la describe como la suma total de conocimientos, capacidades y prácticas que se han pasado de generación en generación, según creencias y experiencias de las diferentes culturas que han sido utilizadas para mantener un equilibrio entre el ser humano y la naturaleza; por lo tanto, se orienta a prevenir o tratar diversas patologías a través de la investigación, dando importancia en incorporar a la medicina convencional de manera segura, eficaz, con calidad y calidez.

En el artículo de Cristian Sánchez Rodríguez Efectividad de la acupuntura en el tratamiento de la lumbalgia crónica inespecífica en comparación con el tratamiento farmacológico De todos los pacientes diagnosticados de lumbalgia, el 90% se catalogan como inespecíficas y una de las características más importantes de éstas es su recurrencia, lo que es esencial para entender su predisposición hacia la cronicidad.

La característica “inespecífica” hace referencia a que no se atribuye a una patología concreta. Según la duración se puede clasificar en aguda si dura menos de 4 semanas, subaguda entre 4 y 12 y crónica si dura más de 12 semanas dado que es significativamente prevalente también en población trabajadora, conforma una problemática financiera debido a la pérdida de horas de trabajo.

La acupuntura es una terapia ancestral que se origina a partir de la filosofía Tradicional China, donde la enfermedad se concibe como la consecuencia del desequilibrio entre las fuerzas del Yin y el Yang y consiste en una técnica basada en la inserción de agujas en la piel a una profundidad de entre 1 y 3 cm, en puntos clásicos descritos en meridianos y puntos Ahshi (puntos dolorosos) acompañada de una sensación llamada De Qi;(llegada de la energía).

Es una sensación de entumecimiento o distensión a veces generada por la estimulación de agujas de acupuntura y según la teoría, esta sensación es indicativa de que se está en el punto correcto y ejerciendo un efecto beneficioso Existen 361 puntos descritos según la acupuntura china, divididos en 14 canales o meridianos (14). Esta terapia provoca efectos a nivel muscular y de tejido blando, con lo cual está especialmente recomendada para la lumbalgia inespecífica.

Investigadores Guamán Santos y Sanango Cuartan refieren respecto a la Medicina Tradicional Alternativa y Complementaria (MTAC), estudios realizados a nivel de varios países demuestran la aceptación de la medicina como una práctica beneficiosa, entre ellos: África con el 80%, China 40%, Australia 48%, Canadá 70%, Estados Unidos 42%, Bélgica 38% y en Francia 75%. teniendo gran aceptación en varios países que han adoptado este método para sanación de procesos patológicos.

El potencial del uso de la Acupuntura en la salud de las poblaciones y en la gestión del cuidado ha sido reconocido por las más variadas entidades, sustentado en evidencias crecientes de su efectividad. En un momento en el que el desafío actual se refiere a la integración de los profesionales de la acupuntura en el Servicio Nacional de Salud.

## CONCLUSIONES

La acupuntura es uno de los recursos terapéuticos del sistema médico milenario de la Medicina Tradicional China (MTC) proveniente de la zona china-vietnamita. Con el tiempo ha desarrollado y perfeccionado su investigación, educación y práctica clínica en varios países occidentales, como Estados Unidos de América (E.E.U.U.), y orientales, como Japón y Corea. En 2010, esta medicina complementaria fue reconocida en la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

Gustavo Novoa llega a afirmar que la lumbalgia se debe a la invasión de viento, frío y humedad, donde se produce un bloqueo de los meridianos y se obstruye el Qi, denominándose Síndrome Bi. Dieta inadecuada: el consumo excesivo de alimentos fríos, crudos, lácteos, dulces y grasos alteran el Yang Qi del Bazo Estómago. Esto produce alteración en la circulación del Qi y Sangre en los meridianos, conllevando a largo plazo al estancamiento de Qi y Sangre produciendo dolor lumbar.

Trastornos emocionales como el estrés, la frustración, la depresión, la cólera prolongada alteran el Qi del Hígado estancándolo, produciendo, además estancamiento de Sangre que agrava el bloqueo en los meridianos y conllevando a dolor lumbar. Hay que tener en cuenta que el estrés emocional es el factor principal en la depresión. Las principales emociones que crean depresión son ira, tristeza, duelo, preocupación y culpa.

Por otro lado, los traumatismos físicos: producen estancamiento de Qi (Energía) y Xue (Sangre) conllevando a dolor lumbar. Deficiencia de Esencia de Riñón: la debilidad congénita, los partos múltiples, el exceso de actividad sexual, enfermedades crónicas, las hemorragias excesivas, el esfuerzo excesivo, debilitan el riñón. Cuando hay deficiencia de la Esencia del Riñón, la región lumbar estará desnutrida y se producirá dolor lumbar.

En una publicación realizada por Benjamín F. Rueda Quintanilla Diana Nicolle Daza Vargas, Rocío Bonilla Escobar de la Universidad de Ciencia & Sociedad 2023; 24 proponen que La eficacia de la acupuntura acompañado con otras terapias como la

masoterapia, punción seca o con tratamiento farmacológico tuvo un efecto favorable para tratar los síntomas de la patología que afecta a nivel muscular.

En la presente revisión sistemática se encontró que la aplicación de la acupuntura es eficaz en dolores crónicos de la lumbalgia, dando buenos resultados desde las primeras aplicaciones, donde se puede observar también que la eficacia dependerá del número de sesiones aplicadas en cada paciente.

Según el investigador Roberto Miguel Nieto-García describe la acupuntura humana como una disciplina de la medicina que se constituye como un recurso terapéutico no medicamentoso de utilidad en la práctica de la medicina en general. Reconoce que, al practicarse en la mayoría de los países integrados en la OMS tiene una utilidad en el tratamiento de enfermedades, promoviendo así su regulación e integrándolo en los SNS.

La acupuntura es un recurso terapéutico es de utilidad en la práctica médica, en combinación con la medicina convencional, puede contribuir al manejo de enfermedades agudas y crónicas, además de buscar la complementariedad y sinergia para disminuir medicamentos, efectos adversos medicamentosos y quirúrgicos, al aprovechar factores de seguridad y de costo beneficio-efectividad en mejora de la salud y la calidad de vida.

En el artículo de Cristian Sánchez Rodríguez El mecanismo de acción de la acupuntura, según los estudios consultados, parece ser cuestionable, dado que no se han encontrado diferencias entre acupuntura real y simulada y podría estar causado por un mecanismo neuro humoral que estimula las fibras A-delta y C aferentes en los músculos. Con lo cual, la acupuntura tendría efectos directos e indirectos sobre la zona.

A pesar de que muchos estudios han demostrado la efectividad de la acupuntura, la mayoría de los resultados no pueden ser replicados por limitaciones metodológicas, de manera que la utilidad de la acupuntura en la medicina moderna continúa en controversia.

Investigadores Guamán Santos y Sanango Cuartan refieren que la autoridad sanitaria nacional promueve y facilita el intercambio de conocimientos entre los diferentes preparados medicinales tradicionales, promoviendo el proceso de investigación de sus recursos diagnósticos y terapéuticos en el marco de los principios establecidos en esta

ley y protegerá los derechos colectivos de los pueblos indígenas y afroecuatorianos. Donde el Departamento Nacional de Salud implementará procedimientos de regulación y control para evitar que la medicina tradicional ponga en peligro la salud de las personas.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Gómez, G. A. (2016). *Acupuntura y Auriculoterapia en el manejo del dolor lumbar.*

Nieto-García, R. M. (2023). *Breve historia de la acupuntura en el contexto de la medicina complementaria, un enfoque sociocultural.* Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/384568931\\_Breve\\_historia\\_de\\_la\\_acupuntura\\_en\\_el\\_contexto\\_de\\_la\\_medicina\\_complementaria\\_un\\_enfoque\\_sociocultural](https://www.researchgate.net/publication/384568931_Breve_historia_de_la_acupuntura_en_el_contexto_de_la_medicina_complementaria_un_enfoque_sociocultural)

Quintanilla, B. F., Daza Vargas, D. N., & Bonilla Escobar, R. (2023-2024). *Revisión sistemática: análisis de la eficacia en la aplicación de acupuntura en lumbalgia crónica.*

Rodríguez, C. S. (2016-2017). *Efectividad de la acupuntura en el tratamiento de la lumbalgia crónica inespecífica en comparación con el tratamiento farmacológico.*

Santos, J. E., & Sanango Guartan, W. M. (Noviembre- Febrero de 2023-2024). *Prácticas de medicina ancestral, alternativa y complementaria.* AZOGUES.

# **ANEXOS**



