



INSTITUTO DE MEDICINA NATURAL Y TERAPIAS COMPLEMENTARIAS

UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL JAPON NICARAGUA

UMO - JN

Especialidad en Acupuntura

Ensayo científico

Evaluación de la eficacia de la Acupuntura para disminuir el dolor en conductores de camiones con enfermedades osteomusculares

Autores:

Lic. Gutiérrez Silva Andrea Isabel

Lic. Hernández Martínez Xochilt Carolina

Lic. Washington Andrew Rosa María

Tutor: Dr. Jorge Luis Gómez

Managua, 6 marzo de 2023.

Resumen

El presente ensayo va dirigido a conductores de camiones con enfermedades osteomusculares, con el propósito de dar conocer la evaluación de la eficacia de la acupuntura como tratamiento alternativo para disminuir el dolor en dichas enfermedades. Así mismo se detalló aspectos generales de las enfermedades osteomusculares como definición, causas, síntomas y escalas para la medición del dolor. Por otro lado, desde el punto de vista de la Medicina Tradicional China se describe el origen del dolor en las enfermedades osteomusculares. Dentro de las alternativas de tratamiento de la Medicina Tradicional China, la acupuntura es la técnica más conocida y utilizada a nivel mundial que consiste en la inserción de agujas filiformes en puntos específicos del cuerpo humano. Según los estudios consultados se evidenció la eficacia de la acupuntura como tratamiento para las enfermedades osteomusculares, resultando más satisfactorio que los tratamientos convencionales, puesto que la recuperación se obtiene en menor tiempo y con menos complicaciones, pero siempre y cuando el tratamiento se incorpore desde el inicio de la enfermedad.

Introducción

Los conductores de transporte pesado son un grupo de trabajadores que realizan extensas jornadas laborales en solitario y por largos periodos alejados de su casa y su familia, están expuestos a trabajar en espacio reducidos, a altas temperaturas, vibraciones y ruido constante, así como posiciones estáticas e incómodas.

Tomando a las enfermedades osteomusculares como una de las causas más importantes de la incapacidad física de los conductores de camiones, por lo que uno de los síntomas más frecuentes en estos padecimientos es el dolor persistente que pierde su sentido biológico protector y se transforma en el principal síntoma de la enfermedad, incluso, en el principio organizador de su vida. En consecuencia, las personas afectadas experimentan múltiples repercusiones en su calidad de vida que merman su bienestar físico, pero también su salud psicológica y social.

Por tanto, su tratamiento ha experimentado una tendencia hacia la utilización de métodos más conservadores, incrementándose en los últimos años el uso de la acupuntura, por lo que surge la necesidad de evaluar la eficacia de la acupuntura para disminuir el dolor en conductores de camiones. Así mismo se describen las enfermedades osteomusculares más frecuentes en estos individuos.

Por otro lado, la acupuntura es una técnica terapéutica que forma parte de la medicina tradicional china. Esta medicina tiene 3.000 años de historia: Dentro de esta, la acupuntura es la técnica más conocida y utilizada a nivel mundial. Consiste en la inserción de agujas filiformes de acupuntura en puntos específicos llamados “acupuntos”, los cuales se agrupan en una serie de líneas llamados meridianos (Reyes, 2008).

En la actualidad, es una técnica de neuro modulación, que adapta las teorías de la acupuntura tradicional, con el conocimiento anatómico, fisiológico y patológico, centrada en la medicina basada en evidencias. (J Muñoz, 2018). Hay evidencias demostradas que mientras más rápido se instaure el tratamiento con acupuntura, más rápida será la recuperación motora de los pacientes y con mejor calidad (Elvia Paz, 2003).

Desarrollo

Las enfermedades osteomusculares “Son un conjunto de lesiones inflamatorias o degenerativas de los músculos, tendones, articulaciones, ligamentos y nervios” (Tu salud no está en nómina, 2019) (Tu salud no está en nómina, 2019). Esto abarca en dolencias mínimas pasajeras hasta lesiones irreversibles, degenerativas e incapacitantes.

Algunas de las causas más frecuentes por las cuales se generan estas enfermedades en los conductores, radica en permanecer más de 12 horas diarias en un espacio reducido con limitaciones de movimientos y estando alertas a tener una buena coordinación entre sus brazos y piernas para realizar el manejo del vehículo. Así como también largos periodos de sedentarismo, posiciones prolongadas y poco ergonómicas, falta de adaptación del asiento del vehículo, movimientos repetitivos de antebrazos, rodillas y tobillos como consecuencia de mover el volante y pisar el embrague.

Por otra parte, según estudios revisados, las zonas anatómicas más afectadas de los conductores son la región lumbar, el cuello, la región glútea, la espalda alta y las manos. En relación a estas zonas, las principales afectaciones que pueden presentarse son las lumbalgias, tendinitis, tenosinovitis, síndrome de túnel del carpo, mialgias o dolores musculares y cervicalgias.

Uno de los principales síntomas de dichas enfermedades es el dolor el cual se origina según la medicina tradicional china por un desbalance entre el Yin y el Yang, manifestándose a nivel de órgano, víscera, musculo, piel, vaso, tendones y meridianos, por tal razón surge el tratamiento natural de acupuntura para disminuir el mismo, el cual consiste en la aplicación de agujas semipermanentes, para estimular áreas afectadas, posterior a la valoración.

Por lo tanto, el ser humano tiene como necesidad común alcanzar y mantener un bienestar, y para ello busca la forma de conservar una buena salud, alivio del dolor y equilibrar al cuerpo y la mente, (Berlinguer, 1996) menciona que se busca “Una corporeidad sana, de la búsqueda de bienestar intenso en el propio sentido como el “estar bien” personal.

Un aspecto muy importante según estos profesionales, es el dolor como causa de sufrimiento, por lo que es necesario para la supervivencia. Explicando que al insertar las agujas se activan los nociceptores cutáneos, logrando que el cuerpo de forma natural realice las acciones oportunas para enfrentar el dolor. Es decir que, si el estímulo doloroso no ocurre, no se dará el proceso de sanación.

Cabe mencionar que cada persona experimenta el dolor de manera diferente, por lo cual existen varias escalas que nos permiten evaluar el grado de dolor que pueda experimentar el paciente.

“Una escala del dolor es una manera en la que usted puede medir el dolor para que los médicos puedan ayudar a decidir la mejor manera de tratarlo. La escala del dolor ayuda al médico a ver lo bien que está funcionando el plan de tratamiento para reducir el dolor y ayudarlo a hacer tareas cotidianas” (Healthwise.org, 2021).

La mayoría de las escalas del dolor utilizan números del 0 al 10. Una puntuación de 0 significa que no hay dolor, mientras que 10 indica el peor dolor que el paciente haya tenido. Por consiguiente, para mejor representación del dolor se describen las puntuaciones: 0 significa que no hay dolor, 1 se refiere a un dolor muy leve, que casi no se nota. No se piensa en él la mayor parte del tiempo, 2 el dolor es leve, es molesto, y es posible que tenga un dolor agudo de vez en cuando, 3 el dolor es notable, posiblemente el dolor sea un distractor, pero puede acostumbrarse a él, 4 se refiere a un dolor moderado, en caso de estar haciendo una actividad, es capaz de ignorar el dolor durante un tiempo, Pero aun así el dolor es distractor.

El grado 5 significa que el dolor es moderadamente intenso, no se puede ignorar durante más de unos pocos minutos. Pero, con esfuerzo, todavía se puede trabajar o hacer algunas actividades sociales, 6 el dolor es algo más intenso, evita hacer algunas actividades diarias habituales y se dificulta la concentración, 7 el dolor es intenso, impide hacer actividades habituales, 8 es un dolor muy intenso, resulta difícil hacer cualquier cosa, 9 el dolor es muy difícil de tolerar, no puede llevar una conversación y finalmente 10 que se refiere al peor dolor imaginable.

En relación a las experiencias personales acerca del tratamiento con acupuntura podemos decir que ha sido mínima, puesto que aún no hemos aplicado este tratamiento en

enfermedades osteomusculares en nuestras áreas de salud pública, pero si se han obtenido muy buenos resultados en pacientes con parálisis facial periférica. Puesto que, al insertar las agujas, los pacientes refieren aumento de sensibilidad y al concluir el tratamiento provoca mucha relajación y disminución de dolor a nivel del cuello, así también se lograron obtener cambios significativos en la segunda semana de aplicación, con una secuencia de 2 veces por semana, durante 1 mes.

Existen artículos que evidencian el tratamiento de acupuntura en enfermedades osteomusculares, tal es el caso:

Internacionalmente se encontró un estudio titulado “Efecto terapéutico de la acupuntura en el dolor lumbosacro, realizado por Carlos Valarezo García y Paul Valarezo Espinoza en España 2022; Ejecutando una metodología de estudio de carácter retrospectivo y descriptivo con 74 participantes con dolor lumbosacro. Al final del tratamiento de 8 sesiones de acupuntura en 2 semanas, se obtuvieron resultados positivos en el control de la intensidad del dolor, que alcanzó un 81 % de los pacientes, mientras que un 19% no hubo resultados positivos. En conclusión, llegaron a determinar que la acupuntura clásica china es una terapia eficaz para el tratamiento del dolor lumbosacro, independientemente de si este es agudo o crónico. (Valarezo Garcia & Valarezo Espinoza, 2022).

Regionalmente hay un estudio con el nombre de “Acupuntura, terapia coadyuvante en la intervención fisioterapéutica de la dorsalgia” realizado por Adriana del Pilar Hernández Acosta y Sara Milena Gutiérrez en Argentina diciembre 2008, La metodología elegida fue estudio de caso a 5 pacientes con 10 sesiones de acupuntura, de 30 minutos de duración cada una. Dando como resultado que en tres de los casos hubo una disminución del grado de los síntomas e incluso desaparecieron en dos de los cinco casos. Concluyendo que en si la acupuntura es un buen resultado coadyuvante en el manejo del dolor de espalda. (Hernandez Acosta & Gutierrez, 2008).

En Nicaragua no hay estudio que compruebe la eficacia de la acupuntura en enfermedades musculo esqueléticas, pero si se encontró un estudio con el nombre de “Condiciones de trabajo, salud y perfil de accidentabilidad en los taxistas de la ciudad de León, en el periodo 2017-2018” realizado por Scarleth Sofía Lanuza Moreno y Kiara Elizabeth Lira Dávila en el año 2018 en la ciudad de León. Este estudio fue de corte transversal con una muestra de 131

donde la mayoría se encuentra entre las edades de 25 a 50 años, con una jornada de trabajo mayor de 8 horas con 60 minutos de descanso y más de 5 días de trabajo en la semana exponiéndose a altas temperaturas, expresando en su mayoría asientos y cabina cómodos. También se obtuvo resultado que el principal sistema afectado es el osteomuscular siendo el dolor lumbar el de mayor afectación en los conductores. (Lanuza Moreno & Lira Davila, 2018).

En este caso el aporte que nos dará este estudio está relacionado con las enfermedades osteomusculares más comunes que padecen los conductores como es la lumbalgia.

Conclusiones

A partir de las evidencias recolectadas el empleo de la acupuntura se ha logrado la recuperación en un período de tiempo más corto y sin necesidad de intoxicarlo con un sinnúmero de medicamentos. Con el tratamiento tradicional el paciente recibe un impacto significativo, donde se le presta mayor tiempo de atención, lo que reconforta al paciente existiendo una comunicación mayor entre el enfermo y el médico y se obtienen respuestas favorables en la mayoría de los casos, obteniendo como resultado independientemente de si este es agudo o crónico la disminución del dolor.

En fin, se deduce que la eficacia de la acupuntura como tratamiento en las enfermedades osteomusculares para disminuir el dolor resulta más satisfactorio que los tratamientos convencionales, puesto que la recuperación se obtiene en menor tiempo y con menos complicaciones, pero siempre y cuando el tratamiento se incorpore desde el inicio de la enfermedad.

Bibliografía

- "*Tu salud no esta en Nómina*". (2019). Obtenido de tusaludnoestaennomina.com/enfermedades-osteomusculares/:
<http://tusaludnoestaennomina.com/enfermedades-osteomusculares/>.
- Berlinguer, G. (1996). *Etica de la salud*.
- Elvia Paz, O. G. (14 de Diciembre de 2003). *scielo*. Obtenido de Scielo:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552004000200003
- Healthwise.org*. (13 de diciembre de 2021). Obtenido de <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/escala-de-puntuacin-del-dolor>
- Hernández Acosta, A. d., & Gutierrez, S. M. (2008). Acupuntura, terapia coadyuvante en la intervencion fisioterapeutica de la dorsalgia . *Enterese bpletin cinetifico universitario* , 18-25.
- J Muñoz, J. V. (2018). Sintesis de la evidencia cientifica en acupuntura. *Rev Int Acupuntura*, 97-125.
- Lanuzo Moreno, S. S., & Lira Davila, K. E. (2018). Condiciones de trabajo, salud y perfil de accidentabilidad en los taxistas de la ciudad de leon, en el periodo 2017-2018. Leon, Nicaragua: riul.unanleon.edu.ni.
- Reyes, A. (2008). Evolucion Historica de la Medicina Tradicional China. *Comunidad y salud*, 43-49.
- Valarezo-García, C., & Espinosa, P. V. (2022). Efecto terapéutico de la acupuntura en el dolor lumbosacro. *Revista Internacional de Acupuntura*, 16(2), 100189.