



INSTITUTO DE MEDICINA NATURAL Y TERAPIAS COMPLEMENTARIAS

UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL JAPON NICARAGUA

UMO - JN

Especialidad en Acupuntura

Ensayo científico

**Disminución del índice de masa corporal con acupuntura en pacientes femeninas de
30-49 años con obesidad**

Autores:

Lic. Aguilar Oporta Maritza

Lic. Lacayo García Nelly

Lic. Gómez Téllez Nancys Clarett

Tutor: Dr. Jorge Luis Gómez

Managua, 7 marzo de 2023.

RESUMEN

La Medicina Tradicional China define la obesidad como un síndrome de deficiencia de Qi de Bazo que ocasiona humedad y se transforma en flema. Una forma simple y común de explicar la obesidad siempre ha sido decir que es un desbalance entre la cantidad de calorías ingeridas y las utilizadas en la actividad física.

La causa principal de la obesidad es el exceso en la ingesta de grasas y azúcares, desarmonía que altera las funciones del Bazo y el estómago de transformación, distribución y transporte de los líquidos y los alimentos, provocando obstrucción y desbordamiento de sangre y energía (Xue-Qi) produciendo un acúmulo de flema y humedad condicionada por la grasa acumulada en los tejidos.

De acuerdo a la milenaria técnica China, las agujas se colocan en puntos específicos en el lóbulo de la oreja que controlan los centros donde se genera la sensación de hambre. Las agujas de la acupuntura ayudan a disminuir el apetito, acelerar el metabolismo para bajar de peso y a estimular el sistema digestivo ayudando a adelgazar de forma progresiva.

En el centro de salud de San Lorenzo se les aplicó acupuntura a 20 pacientes en los puntos específicos para tratar la sintomatología y el grado de afectación del paciente lo cual este estudio tuvo una duración de 3 meses, para valorar el IMC donde se obtuvo un 70% que logro alcanzar el objetivo de reducir su peso corporal.

INTRODUCCIÓN

La obesidad es un problema de salud pública que en los últimos 30 años ha venido creciendo de manera exponencial a nivel global, hasta convertirse en la principal causa de muerte en países desarrollados.

La acupuntura para pérdida de peso es el abordaje terapéutico que se realiza aplicando acupuntura y/o moxibustión en algunos puntos especiales siguiendo la guía de la teoría de los meridianos de la Medicina Tradicional China (MTC). La cual refiere que la obesidad se debe a un desorden del agua o de los fluidos y a la acumulación de grasa, que puede deberse a factores como falla del bazo.

Alrededor de la acupuntura se ha generalizado la representación social de ser útil en el tratamiento de problemas de sobrepeso y obesidad; sin embargo, su evaluación a través de publicaciones indexadas no ha sido amplia ni concluyente.

El propósito de este ensayo es dar a conocer la efectividad de terapia de acupuntura como una alternativa para la disminución de Masa Corporal con acupuntura en pacientes obesos, está dirigido al personal de salud de San Lorenzo para que refieran pacientes en caso de que existan dificultades para disminuir el peso de manera sostenida, problema mayor al que se enfrenta el equipo terapéutico durante el tratamiento.

DESARROLLO

La obesidad es un padecimiento de exceso de tejido adiposo. La Medicina Tradicional China la define como un síndrome de deficiencia de Qi de Bazo que ocasiona humedad y se transforma en flema. El exceso de peso es un desequilibrio en el cuerpo causado por el mal funcionamiento del bazo e hígado. Desde el punto de vista oriental se considera la obesidad una deficiencia de la energía de Bazo y humedad, alterando la función del proceso de transformación y distribución de Qi de los alimentos y líquidos. (china, 2001)

¿Qué define el sobrepeso? Para ser objetivos se usa como referencia el Índice de Masa Corporal. Un IMC de 20-25 se considera sano, >25 es sobrepeso y >30 se considera obesidad mórbida. Otra medida de referencia es la circunferencia de la cintura: en hombres >102 cm y >88 cm en mujeres. (pavon, 2018)

Causas de la obesidad:

La causa principal de la obesidad es el exceso en la ingesta de grasas y azúcares, desarmonía que altera las funciones de transformación, distribución y transporte del Bazo y el Estómago, obstruyendo y desbordamiento de Xue-Qi, produciendo un acúmulo de flema y humedad condicionada por la grasa acumulada en los tejidos.

La Causa secundaria es la alteración o daño en otro órgano diferente al Bazo que, por su relación, indirectamente altera la función Bazo-Estomago.

Otras causas pueden ser: factores genéticos asociados o determinantes, alteración en el ritmo de trabajo físico o mental, descanso insuficiente, enfermedades crónicas asociadas, ira y preocupación excesiva, desorden en hábitos de alimentación, ingesta excesiva de alimentos calientes, ingesta deficiente de líquidos. (china, 2001)

Clasificación

El aumento de insulina y cortisol con retención de líquidos, llevan a proponer la existencia de tres ejes metabólicos alterados:

Obesidad por acumulación de edema y flemas en el ámbito digestivo y general: se trata de personas con sofocación respiratoria, falta de fuerza, sensación de pesadez corporal, flojera ligamentosa y muscular, hinchazón abdominal.

Obesidad en plenitud: este es un terreno absolutamente diferente al anterior, la persona tiene mucha hambre, es robusto, tendencia al estreñimiento y tendencia a acumular en cintura primero y espalda después.

Obesidad provocada por mala circulación energética y sanguínea: personas con mala memoria, bulimia y molestias torácicas.

Diagnóstico

Se debe realizar un adecuado interrogatorio a través de una diferenciación de síndromes.

1. Observación: Aspecto físico, Shen, estructura y movimiento corporal.
2. Interrogatorio: Síntoma acompañante, AHF, APNP (hábitos de vida y alimentación).

El diagnóstico es para establecer el tratamiento y averiguar la causa que originó el desequilibrio, de acuerdo a su etiología.

Tratamiento

Es importante entender a la obesidad desde el punto de vista de la Medicina Tradicional China y conocer a fondo su etiología, para poder establecer un tratamiento adecuado a cada caso y que sea eficaz.

Específicamente, la acupuntura para adelgazar se emplea en puntos concretos del cuerpo que presentan algún tipo de desequilibrio energético. A estos puntos se les conoce como puntos

“chi”, que según los acupunturistas son los que sufren algún tipo de anomalía energética cuando acumulan mucha tensión (Vanegas Santana, 2009). Entre ellos están:

Supino: Ren 12; E 36, 40; H13; B 3, IG4 P9, Pc6.

Prono: Du 20; V18, 19, 20 21; IG11 VB12, 34.

Las agujas de la acupuntura ayudan a disminuir el apetito, acelerar el metabolismo para bajar de peso y a estimular el sistema digestivo ayudando a adelgazar de forma progresiva. (medica, 2021)

Se determinó la eficacia del tratamiento de acupuntura en el diagnóstico de obesidad, en la clínica de medicina natural y terapias complementarias del municipio de San Lorenzo con un ciclo de 12 sesiones, en donde se evaluaron un total de 20 pacientes femeninas en el rango de edad entre los 30 a 49 años con IMC mayor de 30.

En la primera consulta se le explicó al paciente en que consiste el estudio para que no halla utilización de otro tratamiento para la disminución de IMC el cual fueron detalladamente. Para que el tratamiento sea efectivo se le recomienda al paciente realizar sesiones de una vez a la semana hasta completar un ciclo de acupuntura de 3 meses. Se le realizó la historia clínica individual, se toman medidas antropométricas peso, talla para el cálculo de clasificación posterior del IMC se le aplica acupuntura en los puntos indicados estimulando cada punto con una duración de 20 minutos en cada sesión el cual se citó una vez por semana.

Al primer mes de aplicar la terapia, los pacientes refirieron sentirse mejor, realizando ejercicios en casa, caminatas de 30 minutos diarios y llevando una dieta adecuada, algunos pacientes estudiados son pacientes crónicos con enfermedades tales como HTA, DM TIPO 2, Dislipidemia y artritis reumatoide.

En las evaluaciones subsecuentes se observó disminución gradual de peso, ayudando a regular el metabolismo y con ello una disminución de grasa corporal con menor riesgo de efectos colaterales.

A pacientes con colesterol y triglicéridos altos se les realizó exámenes de control y dando resultados normales, se les realizó pesaje y medición de IMC el cual disminuyó.

Una vez concluidas las sesiones de acupuntura se observó que la terapia de acupuntura aplicada en los pacientes con IMC mayor de 30 se logró obtener un resultado beneficioso los pacientes se mostraron contentos al ver los resultados obtenidos, se considera que para obtener resultados satisfactorios se debe realizar el tratamiento con un mayor número de sesiones.

De la revisión bibliográfica realizada se encontró que en la Clínica de Acupuntura de la Escuela Nacional de Medicina y Homeopatía del Instituto Politécnico Nacional en la Ciudad de México se tomó la muestra de 60 pacientes y se consideraron los siguientes criterios: mujeres y varones con sobrepeso y obesidad, sin trastornos de la coagulación, enfermedades psiquiátricas, enfermedades de la piel, sin embarazo y sin otro tratamiento para la obesidad.

Los pacientes se asignaron al azar en 2 grupos a los que se les proporcionó tratamiento durante 3 meses la terapia de acupuntura simulada. A todos los pacientes antes y después de la terapia se les determinaron parámetros relacionados con obesidad que incluyeron medición de peso, índice de masa corporal (IMC), porcentaje de grasa corporal, porcentaje de agua corporal, porcentaje de masa muscular, así como parámetros bioquímicos (glucosa, colesterol y triglicéridos).

El peso y el IMC mostraron una reducción significativa en respuesta a ambos tratamientos; sin embargo, generó una reducción significativa en el peso (5,24kg) y en todos los parámetros explorados. De forma interesante, la reducción de peso fue superior a los reportes descritos hasta el momento (5,24 frente a 2,97kg). Los resultados confirmaron la efectividad de la terapia de acupuntura para el tratamiento de la obesidad en México.

CONCLUSIÓN

El incremento de la prevalencia de la obesidad ha motivado acciones por parte de los profesionales de la salud. Todas las estrategias deben servir de base para encarar las iniciativas que contribuyan a la promoción de dietas saludables y a la realización de actividad física. (Villalonga & Repetty, diciembre 2008)

Es importante que todos los sectores de la sociedad participen en la elaboración e implementación de las distintas estrategias de prevención. Estas deberían ser instauradas desde la niñez y la adolescencia dado que los hábitos se arraigan desde edades muy tempranas. (Villalonga & Repetty, diciembre 2008)

Con este estudio se confirma el efecto positivo de la acupuntura, en pacientes con obesidad es importante mencionar además los beneficios de realizar la terapia de acupuntura en pacientes en los cuales ya agotaron todas las opciones de tratamiento médico convencional y no obtuvieron la mejoría deseada para así lograr una mejor evolución.

Se debe realizar tratamiento de acupuntura para la obesidad y el sobrepeso con una cantidad mayor a las 12 sesiones.

El efecto de la acupuntura en el tratamiento de disminución del IMC necesita mayor respaldo de estudios clínicos y reporte de esos casos para incrementar la evidencia de su efectividad y puede ser una terapia de primera elección en el abordaje de la obesidad.

REFERENCIAS

China, i. d. (2001). Temas selectos de Acupuntura. 127-149.

medica, m. (25 de agosto de 2021). salud obtenida para adelgazar.

Pavon, I. (13 de septiembre de 2018). apuntes de acupuntura.

Vanegas Santana, D. E. (2009). *Efectividad del tratamiento de acupuntura en pacientes obesos*. bogota colombia.

Villalonga, L., & Repetty, M. (diciembre 2008). Tratamiento de la obesidad. *Abordaje nutricional*, 65.