



**INSTITUTO DE MEDICINA NATURAL Y TERAPIAS COMPLEMENTARIAS**

**UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL JAPON NICARAGUA**

**UMO - JN**

**Especialidad en Acupuntura**

**Ensayo científico**

**Reducción del dolor lumbar con el uso de Acupuntura**

**Autores:**

Lic. Manzanares Briones Miriam del Socorro

Lic. Obregón Meza Erick Samuel

**Docente:** Jorge Luis Gómez Torrez

Managua, 18 de abril 2023

## **Resumen**

La Medicina Tradicional China ha venido a innovar la atención satisfactoriamente con la acupuntura y ofrecer mejorías a la población en general siendo muy accesible. La acupuntura consiste en la inserción de agujas finas en puntos determinados en donde los pacientes refieren dolor generando malestar en zonas específicas, entre los beneficios identificados a nivel de medicina basada en evidencia es la interacción con el sistema nervioso lo que facilita la regulación del cuerpo.

La acupuntura según su uso tradicional trata cualquier desequilibrio que puede generar enfermedad crónica, sin embargo, es en el tratamiento del dolor donde se ha evidenciado una importante respuesta, en particular para el dolor lumbar propone un tratamiento completo y efectivo para disminuir y hasta eliminar el dolor.

La eficacia que muestra la acupuntura se puede percibir desde las primeras sesiones de tratamiento y su beneficio aumenta de acuerdo con el número de sesiones, lo que permite hacer una valoración de la evolución del paciente, garantizando la disminución del dolor, proporcionándole capacidad para realizar sus actividades diarias.

Es importante orientar al paciente sobre el estilo de vida saludable ya que su vida cotidiana tiene gran influencia para una recuperación progresiva y eficaz acompañada de la terapia complementaria que se le oferta al paciente, garantizar una buena técnica y el número completo de sesiones indicadas favorecerá la respuesta clínica, la acupuntura es una alternativa que ayudará a que el tratamiento farmacológico disminuya, producto de los efectos de la acupuntura racionalizando el consumo de fármacos, evitando sus efectos secundarios por consumo prolongado, es por ellos que la Acupuntura es beneficiosa e innovadora en el tratamiento del dolor.

***Palabras Claves:*** Acupuntura; Agujas; Dolor; Enfermedad Crónica; Medicina Tradicional China; Sistema Nervioso; Terapéutica

## **Introducción**

La acupuntura es una antigua técnica de la Medicina Tradicional China que consiste en la inserción de agujas chinas en puntos específicos del cuerpo para mejorar la salud y el bienestar y también para prevenir y curar enfermedades The Cochrane Library (2008) publicó una serie de revisiones sistemáticas sobre la efectividad de la acupuntura en Ciatalgia y otros problemas de salud relacionados, evidenciando su efectividad para dolores crónicos como cefalea, lumbalgias, o mialgias entre otros. (Sánchez, 2016)

Los resultados obtenidos con los trabajadores de construcción del nuevo hospital HEODRA fue una oportunidad para ampliar conocimientos y de esa manera verificar la efectividad, considerando que, con un diagnóstico acertado, la técnica correcta al momento de colocar las agujas de acupuntura, las sesiones indicadas por el terapeuta, y una parte muy importante no mencionada anteriormente la voluntad del paciente, y el apoyo de la familia contribuyeron al momento de la recuperación.

Los nervios que comienzan en la región lumbar de la columna vertebral viajan a través de las piernas, los síntomas de la ciática incluyen dolores referidos, entumecimiento y hormigueo, la irritación del nervio ciático puede ser causada por espasmos musculares, compresión del disco intervertebral, así como deslizamiento. De acuerdo con la identificación sindrómica de la Medicina Tradicional China, se debe al estancamiento de la circulación de la energía (Qi) y la sangre (Xue) es la causa más común de la ciática. El estancamiento puede afectar el tejido blando de la columna lumbar, la cadera y la pelvis crea tensión que desencadena dolor punzante. (Vives, 2011).

## Desarrollo

La acupuntura es el arte más usado en la actualidad en lo que a Medicina Tradicional China se refiere, estudios realizados en la unidad de acupuntura de la universidad Reyna Sofía de Córdoba durante el periodo 2002- 2007 con el objetivo de valorar la efectividad de la acupuntura como terapia complementaria en reducción del dolor de pacientes ambulatorios con dolor refractario al tratamiento farmacológico convencional, evidencio que contribuye a disminuir el dolor.

La acupuntura adecuadamente indicada mejora la calidad de vida de los pacientes al optimizar sus sueños y disminuir la incapacidad y declinar la intensidad y frecuencia del dolor en más de un 50%, independientemente de la edad. Los problemas de salud más frecuentes son síndromes dolorosos como la lumbalgia, cefalea, cervicalgia, en este estudio la técnica de acupuntura como terapia complementaria a conseguido disminuir el consumo de analgésico en un 68%.

La Ciatalgia es una de las causas más frecuentes de consulta médica en el mundo occidental el tratamiento más común es la ingesta de antiinflamatorios y la prescripción de tratamiento fisioterápico, la acupuntura permite reducir el dolor y la incapacidad, acortando el periodo sintomático y mejorando la calidad de vida del paciente. La técnica de acupuntura actúa localmente a través de la estimulación de distintas estructuras del sistema nervioso central vinculadas al sistema límbico, responsable de las respuestas emocionales generadas en este síntoma, tanto en las fases agudas como crónicas de este. (Teggiachi, 2008)

La acupuntura del latín *acus* que significa aguja y puntura, es un método antiguo que consiste en aplicar agujas en determinados partes del cuerpo denominados puntos de acupuntura, esta técnica constituye uno de los pilares fundamentales de la Medicina Tradicional China, para la cual la sacrolumbalgia (o el dolor lumbar) está relacionada con el síndrome vacío de Qi de riñón y al estancamiento de la circulación del (Qi) y (Xue), en la actualidad, el tratamiento de lumbalgia ha experimentado una tendencia hacia la utilización de métodos conservadores, en este contexto la acupuntura contribuye a este tipo de manejo. (Michael Collins Vela Rios, 2016).

En los pacientes con ciatalgia el dolor se irradia a lo largo de la trayectoria del nervio ciático L4, L5 Y S1; con mayor frecuencia en los glúteos y la cara posterior de la pierna hasta debajo de la rodilla, es un dolor quemante, lacerante o punzante, puede sentir entumecimiento y debilidad en las piernas afectadas y con frecuencia causa incapacidad de realizar las actividades cotidianas.

La compresión de una raíz nerviosa puede causar un déficit sensitivo motor o en los reflejos con un signo más objetivo, la hernia de disco L5, S1 puede afectar el reflejo aquiliano, un disco protruido no cursa necesariamente con dolor mientras que la ciática por sí misma puede darse sin que haya síntomas lumbares y desde luego puede ser indicativo de otros trastornos musculoesquelético. (Merck & Inc. Rahway, 2022).

La acupuntura es un método terapéutico tradicional chino el que, desde hace más de 3, 000 años se registraba sistemáticamente los conocimientos teóricos y la experiencia clínica. Además, en 1970 la OMS presenta la acupuntura como una terapia eficaz para tratar enfermedades como artritis, neurosis, problemas circulatorios neuralgia del trigémino, parálisis facial, ciática, lumbalgia, cervicalgia, cervicebraquialgia, osteoartrosis, cefalea tensional, migraña.

La técnica consiste en la inserción de finas agujas en puntos determinados, que regulan e interactúan con el sistema nervioso, según el Instituto de Catalá de la Salud (ICS) la acupuntura trata desde el primer momento cualquier dolor y propone un tratamiento completo para disminuir y hasta eliminar el dolor lumbar. (Tanyari Medicina Oriental, 2020). En pocas palabras la eficacia que muestra la acupuntura se puede percibir desde el primer momento del tratamiento y conforme el número de sesiones se va valorando la evolución del paciente.

La Fundación Europea para las Mejoras de las Condiciones de Vida y de Trabajo en 1996 realizó un estudio en el que los trabajadores en su mayoría presentan malas posturas, con el tiempo apareciendo una serie de molestias corporales en las que destacan molestias de cuello y hombro. Para la Medicina Tradicional China, representa más un estado de plenitud por lo general asociado con factores patógenos como humedad-frío, así como una deficiencia de riñón subyacente a un estancamiento del Qi de hígado, en general la ciática se considera curable mediante electroestimulación. (Tanyari Medicina Oriental, 2020).

Los puntos de acupuntura para Ciatalgia comúnmente usados son: V23, 40, 62.

**Vejiga 23** este punto se encuentra en la partebaja de la espalda al medio camino entre las costillas más bajas y el hueso de la cadera y cada lado del grupo muscular que corre hasta la columna vertebral. Este punto reduce la tensión muscular y proporciona alivio del dolor lumbar.

**Vejiga 40** se encuentra directamente en el medio del pliegue poplíteo en la parte posterior de la rodilla este punto trata el dolor que se siente a lo largo de la columna vertebral y del miembro inferior también ayuda a controlarlos espasmos musculares, la rigidez de la rodilla y el dolor de las piernas y ayuda a disipar los factores patógenos que se involucran en la generación del dolor por estancamiento de Qi y Xue.

**Vejiga 62** este punto se encuentra justo debajo del hueso del tobillo en el lado externo de cada tobillo este punto es excelente para aliviar la tensión de la columna lumbar y la ansiedad. (Rights, 2022).

El simposio sobre la acupuntura que organizo la OMS en 1979 reviso todos los estudios publicados sobre la eficiencia de la acupuntura hasta ese momento. Tras la publicación de los resultados fue cuestionada porque algunos estudios científicos no habían sido manejados de una forma estricta y rigurosa, aunque definieron 43 enfermedades, en la que consideraban que la acupuntura podía estar indicada. Estas son enfermedades en las que ha sido demostrado, dolor de rodilla, dolor lumbar, cervical, periartrosis humeral, artritis reumatoidea, ciática, esguinces, migraña, etc. (Anna M. Casas Ros, 2017)

Estos estudios también confirman que los efectos adversos con la práctica de la acupuntura son habitualmente de índole menor y su incidencia está relacionada con la experiencia del acupuntor. (Anna M. Casas Ros, 2017). Muchas de las personas que recurren a esta práctica refieren que les ha ayudado a disminuir los efectos adversos y disminuir las dosis de fármacos en enfermedades crónicas por lo cual la acupuntura está siendo utilizada en muchas partes del mundo como una alternativa medicinal.

Se realizó un estudio en el centro de Atención de Medicina Complementaria del hospital II Tarapoto. En este estudio el universo estuvo conformado por 52 pacientes que fueron

atendidos por consultorio externo del centro de atención de medicina complementaria, tomando a toda la población que cumplió con los criterios. En la cual se evaluó la intensidad del dolor esta se aplicó antes de comenzar el tratamiento y en la última sesión para conocer el comportamiento de la enfermedad. (Efectividad de la Acupuntura en el tratamiento de Ciatalgia en pacientes del hospital II Tarapoto, 2016)

Otro estudio realizado por Weidenhammer W, (Alemania - 2009), refirieron efectos adversos en 7 de los casos, Concluyendo que los efectos adversos graves del tratamiento con acupuntura son muy raros. Esto difiere de otro estudio que el mayor efecto fue la relajación como sensación percibida de una muestra de 74 pacientes. (Efectividad de la Acupuntura en el tratamiento de Ciatalgia en pacientes del hospital II Tarapoto, 2016)

El dolor de espalda es una de los principales enfermedades crónicas que afecta a la población que se dedican a trabajos bruscos, se observar que mayormente los hombres son los más vulnerables a padecer dolor lumbar agudo debido al estilo de vida siendo factores de riesgo la obesidad, tabaquismo, nivel de seguro de salud, y al estrés al que se encuentran, con el tratamiento de acupuntura van a tener una solución no espontanea, se estima que al cumplir con las 10 sesiones indicadas el dolor mejorara en un 90%, tendrán crisis pero eso dependerá que tanto mejoren su estilo.

## **Conclusión**

La acupuntura para el manejo del dolor lumbar resulta una intervención efectiva a pesar de la seguridad y sus mecanismos de acción, El dolor lumbar es la condición que está permitiendo la introducción de la acupuntura en el manejo de los pacientes dentro del sistema convencional de salud (David F. Mayor MA, 2009).

Por medio de la acupuntura se puede lograr beneficio físico, mental y emocional en el tratamiento del dolor. De acuerdo con la literatura consultada la acupuntura es el tratamiento de elección para el tratamiento de la Ciatalgia.

## Bibliografía

- Díaz, M. I. (2006). *Estudio comparativo del tratamiento de ciática con electro-acupuntura Vs. Laserterapia.*
- Sánchez, M. O. (2016). *efectividad de la acupuntura en el tratamiento de ciatalgia en pacientes.*
- Teggiachi, D. M. (2008). *lumbalgias y lumbociatalgias tratadas mediante acupuntura.* Sabadell
- Casas Ros, A. M. (2017). *Acupuntura. Dolor. Dolor crónico. Sham. Encefalinas.* Estados Unidos. <https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/acupuncture/about/pac-20392763>. (s.f.).
- Ríos, V., & Collins, M. (2017). Efectividad de la acupuntura en el tratamiento de la lumbalgia en pacientes del Hospital II Tarapoto-ESSALUD. Julio–noviembre 2016.
- Mayor, D. F. (2009). Electroacupuntura para la ciática. *Revista Internacional de Acupuntura*, 3 (2), 75