



Gobierno de Reconciliación  
y Unidad Nacional  
*El Pueblo, Presidente!*



**UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL JAPON NICARAGUA**

**UMO - JN**

**INSTITUTO DE MEDICINA NATURAL Y TERAPIAS COMPLEMENTARIAS**

**Especialidad en Acupuntura**

**Ensayo científico**

**Efectividad de la Acupuntura en pacientes con gonartrosis**

**Autores:**

Lic. Hernández Marengo Yamileth

Lic. Briceño López Javiera

Lic. Solís Juan Carlos

**Tutor:** Dr. Jorge Luis Gómez Torrez

Managua 25 de abril, del 2023

## **Resumen**

Consecuentemente la gonartrosis puede llegar a producir alguna incapacidad funcional en el paciente, aunque en ocasiones también podría originar un grado de invalidez, que impide al paciente desempeñar sus actividades cotidianas.

La OMS considera que la artrosis, es una patología que afecta la calidad de vida de la población, más de 579 millones de personas en el mundo, la padecen. Según estadísticas mundiales, más de 50% de la población mayor de 60 años, padece osteoartritis o artrosis.

La acupuntura es la terapia más segura en el tratamiento de la artrosis. Varios estudios avalan su efectividad para reducir significativamente el dolor crónico de las articulaciones. Su aplicación se asocia a una mejora en la capacidad funcional y la calidad de vida. A través de las prácticas clínicas logramos evidenciar que estos pacientes presentaron una mejoría significativa tanto en el dolor como en la inflamación mejorando la movilidad y estilo de vida del paciente.

En Nicaragua la Medicina Natural y las Terapias Complementarias son modelos de salud que gozan de una aceptación generalizada, debido a su efectividad y bajo costo, constituyendo en la práctica un medio eficaz para atender amplios sectores de la población que no son cubiertas a pesar de los crecientes esfuerzos estatales de Salud Pública.

**Palabras Claves:** Acupuntura; Articulaciones; Dolor Crónico; Osteoartritis de la rodilla; Terapias Complementarias; Terapéutica.

## **Introducción**

Con el presente trabajo se realizó una revisión de estudios sobre la efectividad de la Acupuntura en pacientes con gonartrosis siendo esta la enfermedad osteomuscular más frecuente en el mundo, presenta una incidencia de 240/100.000 personas/año<sup>1</sup>. La prevalencia es de 25 a 30 % en las personas entre 45 a 65 años; pero en mayores de 65 años, la prevalencia es del 85 %; es la enfermedad más susceptible a riesgos de traumatismos. En Nicaragua la prevalencia de gonartrosis es en el sexo femenino con un 55%.

La gonartrosis es una enfermedad articular crónica, degenerativa y progresiva, resultante de eventos mecánicos y biológicos. Consiste en la pérdida del cartílago articular, la formación de osteofitos y la deformación de la articulación de tal forma que se altera la morfología y la función de la rodilla. Los síntomas principales son el dolor y la limitación de la función articular. Pueden añadirse: rigidez, crepitación, tumefacción, restricción del arco de movimiento articular, inestabilidad articular o atrofia muscular según el caso.

La acupuntura es una antigua técnica de Medicina Tradicional China. Su meta es prevenir y curar ciertas enfermedades y condiciones insertando agujas muy finas y sólidas en diferentes puntos del cuerpo. Está comprobada la base biológica de la acupuntura para reducir el dolor en general, ya que llega a estimular al sistema nervioso para liberar una amplia gama de neurotransmisores.

Dentro de los efectos del tratamiento de acupuntura están: favorecer la circulación sanguínea, la desinflamación de los músculos y tendones, el alivio de la rigidez de la rodilla y produce, además, un efecto analgésico para mitigar el dolor. Con este estudio esperamos aportar nuevos elementos para el manejo del dolor crónico en pacientes con gonartrosis, de igual manera esperamos que sea beneficioso a estudiantes y profesionales de Fisioterapias o carreras a fines como instrumento de consulta para el abordaje de casos similares.

## **Desarrollo**

La artrosis de rodilla es una enfermedad degenerativa y de “desgaste” que se presenta con mayor frecuencia en personas de edad avanzada, pero que también puede ocurrir en personas más jóvenes debido a lesiones previas en la rodilla. El cartílago se desgasta gradualmente disminuyendo la protección de los huesos. La rodilla es una de las articulaciones del esqueleto humano en la que con más frecuencia se desarrolla artrosis.

La razón de la gran frecuencia de la artrosis de rodilla, en comparación con otras articulaciones del cuerpo, es porque la rodilla es una articulación “de carga”, es decir, tiene que soportar el peso del cuerpo y de los objetos que se cargan, cuando se permanece de pie o cuando se desplaza caminando, corriendo, subiendo o bajando escaleras.

La artrosis de rodilla, por lo general, se desarrolla lentamente y la progresión del dolor suele seguir la misma progresión, aunque puede cursar con descompensaciones espontáneas (artrosis primarias). En ocasiones la artrosis es debida a lesiones previas de la rodilla tanto ligamentosas como meniscales o del cartílago, acelerando la aparición de los síntomas (artrosis secundarias).

La artrosis es la enfermedad osteoarticular con mayor prevalencia en todo el mundo. En los países industrializados, 80 % de la población > 65 años la padece.

En un estudio realizado en el Centro de Salud de Cambre, A Coruña con una muestra de 707 pacientes, se estudiaron las variables antropométricas, comorbilidad y exploración clínica de rodillas. Para evaluar el dolor y la funcionalidad se utilizaron los cuestionarios validados WOMAC y Lequesne. 56.3 % de los pacientes eran mujeres y la media de edad de 61.75 años. La prevalencia de artrosis sintomática en al menos una rodilla fue de 29.3 %. Las personas con artrosis presentaron puntuaciones más altas en las dimensiones dolor, rigidez y capacidad funcional.

## **Síntomas**

Los síntomas más habituales son:

Dolor en la rodilla

Fallo de la pierna al cargar en ella

Inflamación de la articulación

Rigidez de la articulación.

En los casos en los que se alcanzan fases más avanzadas de la enfermedad, además del dolor, que se hace más continuo e intenso, el paciente sufre una disminución en los movimientos que puede realizar con la rodilla (por ejemplo, no puede flexionar o extender completamente la pierna).

También pueden aparecer ciertas deformidades de la articulación y alteraciones en la alineación de los huesos, con arqueamiento de la extremidad inferior. Es habitual que el paciente cojee al caminar y que la rodilla se debilite, notando el enfermo con alguna frecuencia una sensación de “fallo” en la rodilla al dar los pasos.

El tratamiento de fisioterapia para la gonartrosis consiste en: Reposo en brote doloroso (mínimo tiempo posible).

- Tratamiento postural con posibilidad de uso de ortesis.
- Reducción/descarga de peso.
- Termoterapia (superficial o profunda).
- Movilizaciones y tracciones.
- Masoterapia.
- Ultrasonidos.
- Crioterapia.
- Electroterapia (iontoforesis, TENS, interferenciales).
- Laserterapia.
- Magnetoterapia.
- Hidroterapia – hidrología.

## **Acupuntura**

La acupuntura consiste en la inserción de agujas muy finas en la piel en puntos estratégicos del cuerpo. La acupuntura, un componente clave de la medicina china tradicional, se utiliza con frecuencia para tratar el dolor. Su uso es cada vez más frecuente para mejorar el bienestar general, por ejemplo, para manejar el estrés.

La acupuntura se usa principalmente para aliviar las molestias asociadas con distintas enfermedades y trastornos, entre ellos:

Náuseas y vómitos inducidos por quimioterapia y postoperatorios dolores dentales

Fibromialgia

Dolores de cabeza, incluidos los dolores de cabeza por tensión y migrañas Dolores en el trabajo de parto

Dolor en la región lumbar dolor de cuello

Artrosis

Dolores menstruales

Trastornos respiratorios, como rinitis alérgica.

En un estudio realizado en la Unidad de Acupuntura, Clínica del Dolor, Hospital Universitario Reina Sofía, Córdoba, España se concluyó que, tras la aplicación de un ciclo de acupuntura, el total de la escala de dolor disminuyó en un 60,6%; la intensidad en un 55,5%; la frecuencia en un 51,2%; el consumo de analgésicos en un 68,2%; la discapacidad en un 59,9%; el sueño mejoró en un 74,1%. Las patologías más frecuentes fueron lumbalgia, fibromialgia y cefalea. No se observaron efectos adversos de la acupuntura. El 11% de los sujetos presentaba intolerancia a fármacos.

## **Tratamiento del dolor de rodilla con acupuntura**

En Mundo Corporal tratamos el dolor de rodilla provocado por distintas lesiones o enfermedades como la artritis y la artrosis. La técnica de puntura con delicadeza en la zona dolorida y puntos distales favoreciendo la circulación sanguínea, la desinflamación de los músculos y tendones, el alivio de la rigidez de la rodilla y produce, además, un efecto analgésico para mitigar el dolor.

La acupuntura en la rodilla puede ser combinada con el masaje Tui-Na, una terapia manual que se basa en la manipulación, la digitopuntura y la tracción en el área dolorida. También

puede aplicarse conjuntamente la técnica de la moxibustión que consiste en la aplicación de calor en los puntos acupunturales para favorecer la recuperación del paciente.

Hay estudios que demuestran que la acupuntura es segura y eficaz para reducir el dolor y mejorar la función física de pacientes con artrosis de rodilla, que tienen un dolor moderado o grande a pesar de estar tomando analgésicos o antiinflamatorios. 2- Se pueden consultar los resultados de otros estudios en los siguientes enlaces a artículos de síntesis realizados por investigadores de las universidades de Virginia (EEUU) (Selfe & Taylor, 2008)

Los puntos para tratar en rodilla son: VB 34 y E 36 (moxa en caso de síndrome bi doloroso). SJ 4, PC 7, ID 3. 2 sesiones a la semana por 20 minutos. 10 sesiones. (Cao, Zhang, Gao, & Jiang, 2012)

## **Conclusiones**

A través de la aplicación de la acupuntura tiene mejores índices de efectividad total, índice de efecto a corto plazo y menos efectos adversos que tratamientos convencionales.

La acupuntura es un procedimiento que consume escasos recursos y es altamente efectiva en el tratamiento complementario del dolor crónico. La reducción en la ingesta de fármacos en pacientes con dolor se traduce además en un incremento de la calidad de vida, disminución de efectos secundarios, reducción del coste para el sistema sanitario y aumento de la satisfacción del usuario.

## Referencias

- (s.f.). Obtenido de NCB: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2810544/>  
(27 de agosto de 2018). Obtenido de NEWS3edad:  
<https://www.news3edad.com/2018/08/27/la-acupuntura-como-alternativa-para-reducir-el-dolor-en-la-gonartrosis/>
- Cao, L., Zhang, X.-L., Gao, Y.-S., & Jiang, Y. (2012). (S. M. Journal, Editor) Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22588814/>
- Selfe , T. K., & Taylor, A. G. (2008). (S. f. comunitaria, Editor) Obtenido de PMC:  
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2810544/>