

## LA ACUPUNTURA COMO TRATAMIENTO EFECTIVO DEL DOLOR DE LA COLUMNA VERTEBRAL EN ENFERMEDADES REUMATOLÓGICAS

The acupuncture like effective treatment of the pain of the spine in rheumatological diseases

Diana Esperanza Monet Alvarez<sup>1</sup>  , José Carlos Rivera Oliva<sup>2</sup> , Julia Tamara Alvarez Cortés<sup>3</sup> , Virgen Yaneisi Gross Ochoa<sup>1</sup> .

<sup>1</sup>Facultad de Medicina No. 1, Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, Santiago de Cuba, Cuba.

<sup>2</sup>Facultad Miguel Enríquez, Universidad de Ciencias Médicas de La Habana, La Habana, Cuba

<sup>3</sup>Facultad de Medicina No. 2, Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, Policlínico Docente Ramón López Peña, Santiago de Cuba, Cuba.



**Citar Como:** Monet Alvarez DE, Rivero Oliva JC, Alvarez Cortes JT, Gross Ochoa VY. La acupuntura como tratamiento efectivo del dolor de la columna vertebral en enfermedades reumatológicas. SPIMED [Internet]. 2023 [citado: fecha de acceso]; 4(2):e182. Disponible en: <http://revspimed.sld.cu/index.php/spimed/article/view/182>



**Correspondencia a:**  
Diana Esperanza Monet Alvarez  
**Correo Electrónico:**  
esperanza71199@icloud.com

### Conflicto de Intereses:

El autor declara que no existe conflicto de intereses.

**Recibido:** 19-06-2023

**Aceptado:** 08-07-2023

**Publicado:** 08-07-2023

Las Colagenopatías son consideradas patologías reumatológicas que incluyen una serie de enfermedades inflamatorias de curso crónico, etiología desconocida y patogenia autoinmune; que pueden tener compromiso multisistémico. Debido a su carácter inflamatorio suelen causar rigidez, limitación del movimiento y dolor como uno de los síntomas característicos que afecta la calidad de vida de quienes las padecen.

El dolor de la columna vertebral es uno de los problemas más frecuentes en la práctica médica; afecta al 70-80% de los adultos alguna vez durante su vida. La mayoría de los episodios son autolimitados, pero recurrentes, siendo en frecuencia la segunda causa de visita médica por dolor crónico y la causa más frecuente de incapacidad laboral (6 %). Se estima que el 30% de los hombres y el 43% de las mujeres presentarán lumbalgia en algún momento de su vida permaneciendo el dolor durante más de seis meses en el 10% de los varones y en el 17% de las mujeres, constituyendo la segunda causa reumática de invalidez. <sup>(1)</sup> En términos de salud mundial, desde 1990 y afectando a ambos sexos, el dolor de la columna vertebral sigue estando dentro de las 3 afecciones principales en concepto de años de vida ajustados por discapacidad. <sup>(2)</sup>

El dolor incapacita a un gran número de personas mundialmente, en la actualidad, a pesar de existir un alto desarrollo científico, no se ofrece a este un tratamiento adecuado. Uno de los mayores retos de la medicina moderna radica en la selección del tratamiento eficaz para el dolor.

En la actualidad, el tratamiento del dolor tiende a la utilización de métodos conservadores. Se utilizan analgésicos potentes, esteroides, antiinflamatorios, vitaminas y otros, con gran variedad de reacciones secundarias y complicaciones, no lográndose en muchos casos los resultados esperados. <sup>(3)</sup>

La efectividad de un tratamiento se define como la capacidad de lograr el efecto que se desea o se espera. La acupuntura constituye un proceder que, con el transcurrir de los años, ha demostrado utilidad en pacientes que por diferentes causas no pueden ser sometidos a otros tipos de tratamiento convencional con analgesia antiinflamatoria o esteroides, gozando de gran popularidad en todo el mundo al existir evidencias del efecto beneficioso de esta técnica. Existen puntos acupunturales muy conocidos en el tratamiento del dolor como: <sup>(4,5)</sup>

- Intestino grueso 4: Bilateralmente en el dorso de la mano, entre el dedo índice y el pulgar. Se utiliza para el alivio del dolor en cualquier ubicación del organismo.
- Vesícula biliar 34: Bilateralmente en el lado externo de la parte inferior de la pierna. Se puede encontrar en la depresión que está detrás y debajo de la cabeza del peroné. Se conoce como el punto influente de los tendones.
- Vejiga urinaria 40: Bilateralmente en el pliegue detrás de la rodilla, justo en el centro, directamente detrás de la rótula. Alivia el dolor a lo largo de la columna vertebral. Útil para apaciguar los espasmos musculares y reducir el dolor asociado con la inflamación del ciático.

Diversos estudios <sup>(4-6)</sup> demuestran que la acupuntura estimula al cuerpo a producir esteroides naturales que contribuyen a reducir la inflamación, y estimula, además, la producción de endorfinas útiles para reducir el dolor.

En cuanto al tratamiento del dolor cervical, Ernst et al <sup>(4)</sup> plantea que encontró evidencia moderada de resultados beneficiosos a corto plazo con la aplicación de acupuntura, por su parte Lu et al <sup>(5)</sup> informa que, la acupuntura como tratamiento del dolor asociado a la columna, puede mejorar la funcionalidad física y el dolor comparado con otros tratamientos. De igual modo, Yuan et al <sup>(6)</sup> plantea que este método resalta por su efectividad para reducir el dolor y la discapacidad en pacientes con dolor cervical, a corto y mediano plazo. Todos estos autores <sup>(4-6)</sup> destacan que, la acupuntura contribuye a una mejor calidad de vida de los pacientes, y describen como puntos efectivos para el tratamiento del dolor cervical los siguientes:

- GB 20: A ambos lados de la cabeza, en la base del cráneo donde se conecta con el cuello. Alivio del dolor y tensión del cuello, dolores de cabeza y migrañas.
- GB 21: En el hombro, en la parte alta y posterior del trapecio. Se ubica a media distancia entre el lateral del cuello y el extremo exterior del hueso del hombro.
- B 10: A 2-3 cm por debajo de la base del cráneo. Su estimulación ayuda a reducir la rigidez del cuello, el insomnio, el agotamiento y el estrés.

También se describen los efectos terapéuticos de la acupuntura en la región lumbar. Ernst et al <sup>(4)</sup> recomienda esta técnica para el tratamiento del dolor de la espondilitis anquilosante y la cialgia. Lu et al <sup>(5)</sup> y Yuan et al <sup>(6)</sup> describen la acupuntura como adyuvante al tratamiento convencional para mejorar el dolor y la funcionalidad a corto plazo en la lumbalgia crónica y como tratamiento efectivo para reducir el dolor de forma inmediata en pacientes con dolor lumbar agudo y subagudo.

Los estudios antes mencionados <sup>(4-6)</sup> hacen referencia a que, para aplicar un método de tratamiento hay que tener en cuenta

las características del dolor, entre ellas, su localización. Señalan que, por la espalda pasan los meridianos de vasogobernador y vejiga, de estos, el meridiano de vejiga en su recorrido a lo largo del cuerpo pasa por la zona lumbar, dichos autores avalan los siguientes puntos como efectivos para el tratamiento del dolor lumbar: V23, V25, V28, V52, VG4 (como los más frecuentes). Como puntos distales V40 y V60. VB 34 como punto de reunión de músculos y tendones y VB 39 en caso de afecciones del nervio como punto de reunión de la médula. A estos puntos generales se le añaden puntos de reequilibrio energético adecuados para cada diagnóstico individual; por ejemplo, si las características del dolor orientan a un diagnóstico de frío y humedad se utiliza V23 como punto Xu y V58 como punto Lo se utiliza para tonificar el Yang del canal de Vejiga.

La acupuntura como método de tratamiento para las afecciones reumatológicas que cursan con dolor en la columna vertebral ha demostrado tener efectos beneficiosos tanto a corto, como a mediano o largo plazo, siendo esta una técnica útil para mejorar la calidad de vida de los pacientes que las padecen, por lo que resulta favorable su implementación en el manejo integral de los pacientes que padecen este tipo de patologías; contribuyendo así a mejorar su calidad de vida.

## CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

**DEMA:** investigación, redacción-borrador original, curación de datos, análisis formal

**JCRO:** investigación, análisis formal, curación de datos, software.

**JTAC:** metodología, análisis formal, redacción-revisión y edición, visualización.

**YVGO:** conceptualización, supervisión validación, curación de datos, administración del proyecto.

## FINANCIACIÓN

El autor no recibió financiación para el desarrollo de la presente investigación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Chou R, Côté P, Randhawa K, Torres P, Yu H, Nordin M, et al. The Global Spine Care Initiative: applying evidence-based guidelines on the non-invasive management of back and neck pain to low- and middle-income communities. *Eur Spine J* [Internet]. 2018 [cited 2023 Jan 25];27(Suppl 6):851-860. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00586-017-5433-8>
2. GBD 2017 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators. Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries for 195 countries and territories, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *Lancet* [Internet]. 2018 [cited 2023 Jan 25];392(10159):1789-1858. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6227754/>
3. Kirkeskov L, Melbye M, Morsel-Carlson L, Nordsteen J, Palsson TS, Rasti Z, Silbye PF, Steiness MZ, Tarp S, Vaagholt M. National Clinical Guidelines for non-surgical treatment of patients with recent onset low back pain or lumbar radiculopathy. *Eur Spine J* [Internet]. 2018 [cited 2023 Jan 25];27(1):60-75. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00586-017-5099-2>
4. Ernst E, Lee MS. Acupuncture for rheumatic conditions: an overview of systematic reviews. *Rheumatology (Oxford)* [Internet]. 2010 [cited 2023 Jan 25];49(10):1957-61. Available from: <https://academic.oup.com/rheumatology/article/49/10/1957/1775761?login=true>
5. Lu SC, Zheng Z, Xue CC. Does acupuncture improve quality of life for patients with pain associated with the spine? A systematic review. *Evid Based Complement Alternat Med* [Internet]. 2011 [cited 2023 Jan 25];2011. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2957142>
6. Yuan QL, Guo TM, Liu L, Sun F, Zhang YG. Traditional Chinese medicine for neck pain and low back pain: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE* [Internet]. 2015 [2023 Jan 25];10(2). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4339195/>