

UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL JAPÓN NICARAGUA

UMO-JN

ESPECIALIDAD EN ACUPUNTURA



Ensayo Científico

**Utilización de Acupuntura en Trastornos de Ansiedad en
Pacientes Alcohólicos.**

Autores: Dra. Isabel Cristina Escobar Salgado

Lic. Juan Pablo Useda González

Managua Nicaragua, mayo 2022.

Introducción

«La **salud** es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades» (MISKC, 2016).

Partiendo de este concepto donde no solamente incluye patologías con síntomas somáticos es que los médicos empezaron a preocuparse más por la psique de los pacientes, ya que se observó que muchas manifestaciones clínicas eran de origen psicológico.

Realmente la ansiedad hoy en día afecta a personas de todas las edades; otra patología que ha crecido exponencialmente es el abuso de sustancias aditivas es por esto que la población de pacientes en centros de rehabilitación también se ha incrementado, surgiendo la necesidad de un plan de intervención de terapias alternativas que ayuden a mejorar la calidad de vida del paciente.

Esta inquietud llevo a un grupo de estudiantes de la UMO JN a desarrollar un interesante tema en el cual planteaban la eficacia de la acupuntura en pacientes que se encontraban en rehabilitación por trastornos de ansiedad asociado al alcoholismo, su población de estudio oscilaba en edades entre los 18 a 50 años.

Dado que hay muy pocos estudios realizados a nivel nacional, se ha tenido que enriquecer con información de estudios realizados en otros países donde se aborda igualmente los esquemas de tratamiento y los resultados en las poblaciones de estudio.

El propósito de este ensayo es enriquecer al personal de salud, familiares y pacientes sobre el uso de la acupuntura y sus beneficios en personas que con dependencia al alcohol y estén atravesando por episodios de ansiedad que no encuentren ayuda en fármacos ya que aparte de ser estrictamente controlados y de difícil acceso, terminan siendo un efecto placebo y sustituyendo una dependencia por otra cayendo en un ciclo vicioso.

Desarrollo

Inicios del alcoholismo

Un estudio realizado por científicos de la Santa Fe Collage en Estados Unidos han revelado que "el linaje de primates del cual desciende el humano empezó a ingerir alcohol hace unos 10 millones de años con la activación de una enzima que permitía metabolizar el etanol contenido en las frutas, el estudio, publicado en la revista especializada PNAS, analizó la evolución de la enzima conocida bajo el nombre de ADH4n, que metaboliza el alcohol, en primates actuales y extintos.

El equipo comparó información genética de 28 mamíferos, incluidos 17 primates. En total, investigaron 70 millones de años de la evolución de los primates". (BBC, 2014)

"La enzima ADH4 se encuentra sobre todo en la parte superior del tracto digestivo (boca, esófago y estómago) y metaboliza muy bien una variedad de grandes moléculas del alcohol presentes en muchas plantas", explica Matthew Carrigan, autor principal del estudio.

Es más, es posible incluso que nuestros ancestros hayan disfrutado del efecto embriagador de consumir fruta en estado de fermentación y por esta razón, cuando los humanos desarrollaron millones de años más tarde las herramientas para recrear este proceso de forma artificial, crearon vinos, cervezas y bebidas blancas.

Ansiedad

El término ansiedad fue utilizado por primera vez en el siglo XVIII, por el fisiólogo escocés William Collen para describir una "aflicción del sistema nervioso, también fue llamada anteriormente neurosis ansiosa, esta puede definirse como una anticipación o desgracia futura, acompañada de un sentimiento de disforia y/o síntomas somáticos de tensión"(Sarudiansky, 2013).

Dentro de los factores predisponentes, se encuentran el abuso o abstinencia de sustancias dentro de las principales el alcohol. "El comportamiento adictivo al alcoholismo es uno de los problemas más frecuentes en el área del sector salud;

suele ser considerado como una enfermedad que requiere un adecuado tratamiento de acuerdo con la gravedad de los síntomas que presentan los pacientes. Uno de los síntomas psicológicos más comunes, que impulsa a la persona a la recaída durante la fase de abstinencia es la manifestación de ansiedad, por lo que se ha hecho necesaria su identificación oportuna en el sector salud. (Macias TAB, 2017)

Ansiedad Según Medicina Oriental

Desde el punto de vista de la Medicina tradicional china los problemas de ansiedad se asocian principalmente al corazón que alberga el Shen (mente), responsable de las emociones, sentimiento pensamientos, ideas, aunque en menor medida también puede estar asociada al órgano Hígado que alberga el Hun (Alma Etérea o Inconsciente) responsable de los sueños, metas y propósito de vida y al órgano riñón que alberga el Zhi (Fuerza de Voluntad) encargado de la determinación, la seguridad y la capacidad de superar la adversidad. Estos órganos corresponden al concepto energético relacionado con la salud emocional, según la medicina oriental.

La lesión por factores emocionales o internos ocasionan una alteración en la dinámica de la energía, desajuste de la energía (Qi) y la sangre (Xue), del equilibrio Yin Yang y el desarrollo de un patrón de desarmonía en los órganos y vísceras. Las cinco emociones (exceso de alegría, preocupación, tristeza, miedo e ira) pueden convertirse en fuego que causa un estancamiento de energía y cuando esta se bloquea y se acumula por largos periodos genera fuego que afecta al corazón.

Los órganos más involucrados en el manejo de las emociones y que ocasionan ansiedad son los siguientes:

Corazón: es el gran controlador de los cinco órganos y las seis vísceras, llamado también el emperador, así la actividad emocional de todos ellos se concentra y se unifica en el corazón; ha sido llamado el recinto de las emociones y la mente. Por lo que al lesionar el corazón se lesiona el Shen, o espíritu, ya que el corazón controla el espíritu. Los principales síntomas del corazón son: palpitaciones, irritabilidad, insomnio. Un ascenso de fuego al corazón puede provocar síncope al cerrar los orificios de la cabeza. En el fundamento del espíritu del Ling Shu dice: Con relación

al corazón, cuando se presenta un sobresalto de las emociones, miedo, preocupaciones, si el miedo se desajusta, entonces se pueden presentar también palpitaciones, taquicardia, intranquilidad.

Hígado: es el responsable del mantenimiento del flujo constante, suave de las emociones por función depuradora, así como la de almacenar sangre y enviar Qi hacia el corazón, si está en desarmonía, las emociones se vuelven externas y este exceso se trasmite hacia el corazón alterando el Shen o espíritu. Las emociones asociadas al hígado son la ira, resentimiento, frustración, coraje, irritabilidad, depresión. De los principales síntomas del hígado el más importante es la irritabilidad y esta se manifiesta en la cabeza y cuello en forma de cefalea, vértigo, contracturas musculares cervicales y ojos rojos.

Riñón: las emociones relacionadas con el riñón son: el miedo, susto, pánico, porque el cuerpo debe de saber usar la esencia del riñón para suplir la repentina reducción del Qi originada por esta emoción. Dentro del ciclo generativo según la teoría de los Cinco Elementos, el riñón es representado por el agua. Yin, controla al elemento fuego, Yang que es representando por el corazón, la deficiencia de la esencia o Jing de riñón ocasiona un exceso de calor en el corazón, no hay agua de riñón para contrarrestarlo y a esto se le llama calor por deficiencia de Riñón.

Bazo: su emoción es la preocupación, que ocasiona un estancamiento de energía del bazo, altera su función de transformación de los alimentos y formación de sangre, esto causa una disminución de sangre al corazón afectando al Shen. Sus síntomas agudos son distensión abdominal, altercaciones en la digestión y puede invertirse la dirección normal del Qi, por el estancamiento de energía del bazo secundario al estancamiento de energía del hígado que horizontaliza al bazo estomago causando, pesadez, ardor, náuseas, vomito, hipo. (Maciocia, 2005)

Clasificaciones de la Ansiedad Según Medicina Oriental

La MTC clasifica la ansiedad en 6 tipos, algunos de los cuales pueden tener hasta 4 subtipos. Una vez seleccionado el tipo y subtipo todavía el tratamiento es modificado según otras características del paciente como la constitución física, problemas concomitantes del paciente (digestivos, etc.).

Esto hace que el tratamiento resulte muy específico para cada persona, aumentando así su efectividad y produciendo una mejoría en el estado general de salud del paciente.

Veamos 3 de las clasificaciones características de síndromes combinados de la ansiedad según la MTC:

Ansiedad por deficiencia de Qi del Zhang Corazón	Ansiedad por Inestabilidad del Shen (mente) por desequilibrio del eje Corazón Riñón	Ansiedad por deficiencia de Yin
Se caracteriza principalmente por sentimientos de vulnerabilidad, inseguridad, preocupación y aprehensión. Estos pacientes suelen sentir palpitations, taquicardia, sufren sensación de dificultad respiratoria.	En estos casos suele existir una fuerte ansiedad y ataques de pánico tras sufrir un shock o trauma importante. La persona además de ansiedad padecerá probablemente insomnio, pesadillas, sudores nocturnos o sudoración fría.	Este tipo de ansiedad se caracteriza por presentar una fuerte sensación de agitación y urgencia, que suele empeorar durante la noche y cuando la persona esta fatigada. La persona se siente al límite con facilidad. Entre los síntomas acompañantes están los sofocos, enrojecimiento facial, irritabilidad, insomnio y palpitations.

. (Hernandez, 2019)

El síndrome que más predominó en los pacientes atendidos en el estudio fue insuficiencia de sangre de corazón, los cuales por sus manifestaciones clínicas se identificaron utilizando la Escala de Ansiedad de Hamilton (Teutli, 2018)

Esquemas de Tratamiento de Acupuntura en el Trastorno de Ansiedad

- SJ. 15 (Tian Liao) O triple Calentador 15; se utiliza con frecuencia para el tratamiento de la ansiedad, tiene acción relajante, controla el nerviosismo y palpitaciones de una manera eficaz.
Localización: en el punto medio entre Jiàngiing (VB. 21) y Guyuan (ID.13) en el ángulo superior de la escapula.
- VJ.10 (Tianzhu) Un poderoso punto para el tratamiento del trastorno de ansiedad que muestra resultados efectivos desde el comienzo del tratamiento, calma la mente.
Localización: en la base del cráneo en el musculo prominente, 1.3 cun por fuera de la columna vertebral, en la línea de los cabellos, en el lado externo del m. trapecio.
- PC.3 Quze (punto He mar) controla el nerviosismo, la ansiedad y palpitaciones.
Localización: está en pliegue transversal de la articulación del codo, lado cubital del tendón del m. bíceps braquial.
- PC.6 Neiguan (punto Luo enlace) poderoso punto para el tratamiento palpitaciones, ansiedad y ayuda en la recuperación pronta.
Localización: A 2 cun por arriba del pliegue transversal de la muñeca, entre los tendones del m. largo palmar y de m. flexor radial del carpo.
- CR.7 Shenmen (punto Shu arroyo y yuan fuente) en un punto que da solución eficaz al problema de cómo superar la ansiedad, el nerviosismo y palpitaciones de forma natural.
Localización: en el pliegue de la muñeca, en el borde posterior del pisiforme, hacia el lado externo del tendón del m. flexor cubital del carpo.
- E.O. (entre cejo). (Yintang) es un punto de gran alcance para el alivio de la ansiedad. Este punto se denomina punto del tercer ojo, En la curva donde el

punto de la nariz encuentra con la frente. Localización: en medio de los extremos internos de la ceja.

- Ren 17 Shazhong (Vaso concepción 17, punto mu delante de pericardio), es uno de los puntos de acupuntura vitales para el pulso cardíaco que ayuda a aliviar la ansiedad, nerviosismo y palpitaciones del corazón, este se denomina mar de la tranquilidad de utilidad en desequilibrio emocional, depresión e histeria.

Localización: en la línea media del esternón, entre los pezones, a nivel del cuarto espacio intercostal.

- H 3 Taichong (puntos Shu arrollo y Yuan Fuente), es un punto eficaz para resolver el problema de cómo controlar la ansiedad, palpitaciones y nerviosismo. Este punto ayuda a calmar el estrés promueve la relajación y tonifica el hígado y facilita el flujo de Qi, también es eficaz en impotencia masculina.

Localización: En la depresión distal en la unión del primer y segundo metatarsiano.

- VB 13 Benshen, punto utilizado para ansiedad y nerviosismo, se llama la mente de raíz. Este punto puede ser estimulado a ambos lados de la cabeza, este ayuda a calmar la mente y aliviar la ansiedad.

Localización: A 0.5 cun por adentro de la línea del cuero cabelludo, región frontal, en el punto medio entre los puntos Shenting (DU 24) y Touwei (E 8).

- R 27. Shufu, es un punto extremadamente popular para el tratamiento de diversos tipos de enfermedades y problemas de salud. Este punto puede ser activado en ambos lados del cuerpo, ayuda a calmar los dolores de cabeza debido a la tensión mental, fatiga, ansiedad, palpitación, irritabilidad y desorientación, aliviar la congestión de pecho, dolor de garganta, dolor en el pecho, irregularidades de la glándula tiroides y tos.

Localización: En la depresión del borde inferior de la clavícula, 2 cun por fuera del canal Ren. (Roa, 2021)

“Al momento de valorar la efectividad del tratamiento se encontró que la mayoría eran del sexo masculinos de 18 años , quienes predominaban con un tipo de

ansiedad psíquica más que somática, los niveles de ansiedad se evaluaron a través de la escala de Hamilton, pre y post tratamiento, en estudios similares (Cordero, 2020) (acupuntura, 2016) (acupuntura R. i., 2007) se ha podido valorar la eficacia de la terapia con acupuntura en los casos de dependencia a sustancias”.

Conclusiones

En los estudios revisados para la realización de este ensayo se encontró que la aplicación de la acupuntura produce gran beneficio por efectos del tratamiento y el cumplimiento terapéutico, además de la reducción de los síntomas, se logró estabilizar y fortalecer a los pacientes estresados y con sintomatología vegetativa.

Como consecuencia del tratamiento los pacientes consiguen dormir mejor, concentrarse mejor y soportar las confrontaciones y desafíos: la adhesión al tratamiento aumenta, lo que en el tratamiento de las adicciones supone un mayor éxito en la deshabituación del alcohol, medicamentos y drogas.

Es de gran utilidad conocer los resultados de la acupuntura con relación a la ansiedad dado que, en el contexto de la pandemia, esta es una de las secuelas más frecuentes de que presentan los pacientes afectados por COVID 19.

Es un compromiso de los profesionales de la Medicina Oriental realizar investigaciones que brinde información a nivel nacional sobre los beneficios de la acupuntura en el manejo de varias patologías para que se siga implementando clínicas dentro del sistema de salud.

Bibliografía.

1. acupuntura, R. d. (2016). efecto Zhubin (K19) para reducir el deseo de consumir alcohol en pacientes alcoholicos. *Elsevier*, 114-116.
2. acupuntura, R. i. (2007). Acupuntura segun el protocolo NADA. Panorámica del tratamiento de conductas adictivas. *Elsevier*, 9-14.
3. BBC. (2014). El consumo de alcohol se inicio hace 10 millones de años . *BBC mundo - Ciencia*, 2.
4. Cordero, D. W. (2020). *Efectividad de la acupuntura y la auriculoterapia en la deshabilitacion alcoholica*. Departamento de salud municipal de Holguin. Holguin: Tesis Monografica .
5. ELSEVIER. (2007). Acupuntura según el protocolo NADA: una panorámica del tratamiento de las conductas adictivas. *Revista Internacional de Acupuntura*, 9-14.
6. Hernandez, G. (2019). La ansiedad vista por la medicina tradicional china. *Vitalis*, 9.
7. Macias TAB, G. Z. (2017). La evaluacion psicofisiologica de ansiedad en el síndrome de abstinencia alcoholica. *Revista electronica de Psicologia Iztacala*, 115-138.
8. Maciocia, G. (2005). *Fundamentos de la Medicina China*. Churchill, Livingstone: Aneidpress.
9. MISKC, S. h. (2016). Formalización del concepto de salud a través de la lógica: impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud. *Scielo*, 4.
10. Roa, A. R. (2021). *Efectividad del tratamiento de acupuntura en la rehabilitacion de pacientes con trastornos de ansiedad atendidos en el centro CARA entre las edades de 18 a 50 años en noviembre 2021* . Managua: Tesis monografica.
11. salud, O. m. (2006). Conce. *Constitucion de la organizacion mundial de la salud 45 Ginebra*.
12. salud, O. m. (2006). constitucion de la organizacion mundial de la salud . *Organizacion mundial de la salud* .
13. Sarudiansky, M. (2013). Ansiedad, angustia y neurosis. Antecedentes conceptuales e historicos. *Psicologia Iberoamericana*, 19- 28.
14. Teutli, A. (2018). Escala de ansiedad de Hamilton. *GPC diagnostico/Servicio Andaluz de salud*, 7.