

>>> Acupuntura para los sofocos de la menopausia >>>

En mujeres que presentaban sofocos de la menopausia que recibieron o bien un tratamiento estándar, o bien acupuntura verdadera o simulada, se produjo una remisión significativa de los síntomas que de nuevo fue significativamente superior en ambos grupos de acupuntura que en el del tratamiento estándar.

FUENTE: AVIS NE, LEGAULT C, COEYTAUX RR, PIAN-SMITH M, SHIFREN JL, CHEN W, VALASKATGIS P. A RANDOMIZED, CONTROLLED PILOT STUDY OF ACUPUNCTURE TREATMENT FOR MENOPAUSAL HOT FLASHES. MENOPAUSE. 2008;15:1070-8.

>>> No se aprecian diferencias significativas entre la acupuntura clásica verdadera y la simulada >>>

La acupuntura alivia las náuseas en los pacientes con cáncer después de recibir radioterapia, incluso cuando no se les insertan agujas. A esta conclusión ha llegado un estudio con 215 pacientes. Los pacientes padecían náuseas como consecuencia de la radioterapia. En 95 de cada 100 pacientes la acupuntura aplicada según los principios de la medicina tradicional china conseguía aliviarlas. De la misma forma, muchos también referían sentirse mejor tras haber sido tratados con agujas placebo romas (sin saberlo) que no atravesaban la piel. Los médicos dedujeron que el éxito

de la acupuntura probablemente no se debía al uso del método tradicional, sino que la mayor dedicación al paciente, los diálogos y contactos con el terapeuta habían resultado decisivos. Ahora los investigadores querían averiguar qué parte del procedimiento aplicado alrededor de la acupuntura alivia las náuseas.

FUENTE: AKUPUNKTUR LIKA EFFEKTIVT UTAN NÅLSTICK. [HTTP://WWW.TENTAKEL.VR.SE/PRESSMEDDELANDEN/PRESSMEDDELANDEN/AKUPUNKTURLIKAEFFEKTIVTUTANNALSTICK.5.5F58B1111D968FCE7680002498.HTM](http://www.tentakel.vr.se/pressmeddelanden/pressmeddelanden/akupunkturlikaeffektivtutanlstick.5.5f58b1111d968fce7680002498.htm)

>>> Estudio Cochrane: continúa la controversia en torno a la acción de la acupuntura frente al dolor >>>

La acupuntura goza de una amplia aplicación para el tratamiento del dolor pero su forma de acción sigue siendo controvertida. Unos investigadores daneses han comparado, sirviéndose de 13 estudios que incluían unos 3.000 pacientes, la acupuntura terapéutica con la puntura placebo y con la ausencia total de puntura. Entre la acupuntura "más verdadera" y la simulada se encontraron sólo unas diferencias muy reducidas, la diferencia de medias estandarizada (SMD) fue de -0,17, lo que se corresponde con 4 mm en una escala visual analógica (EVA) de 100 mm. La SMD fue un poco mayor (-0,42) entre las punturas placebo y el tratamiento sin agujas (10 mm en la EVA). El tipo de tratamiento simulado no

influyó. Una reducción del dolor de 10 mm en la EVA se calificó por consenso general como "cambio mínimo o inexistente". Estos resultados coinciden con 7 revisiones Cochrane sobre el mismo tema. Sin embargo, los autores consideran necesarios más estudios para llegar a un resultado concluyente. Sería para ello deseable que hubiera un enmascaramiento de los terapeutas.

FUENTE: MADSEN MV, GÖTZSCHE PC, HRÓBJARTSSON A. ACUPUNCTURE TREATMENT FOR PAIN: SYSTEMATIC REVIEW OF RANDOMISED CLINICAL TRIALS WITH ACUPUNCTURE, PLACEBO ACUPUNCTURE, AND NO ACUPUNCTURE GROUPS. BMJ. 2009;338:A3115. DOI:10.1136/BMJ.A3115

>>> Acupuntura para la rinitis alérgica >>>

Un amplio estudio alemán con 5.237 participantes ha dado como resultado que la acupuntura, cuando se utiliza complementando un tratamiento estándar, produce mejorías sostenidas y clínicamente relevantes de las rinitis alérgicas.

FUENTE: ACUPUNCTURE IN PATIENTS WITH ALLERGIC RHINITIS: A PRAGMATIC RANDOMIZED TRIAL. BRINKHAUS B, WITT CM, JENA S ET AL. ANN ALLERGY ASTHMA IMMUNOL. 2008;101:535-43.

>>> La acupuntura reduce los dolores postamigdalectomía >>>

Un estudio alemán ha comparado el efecto analgésico de los antiinflamatorios no esteroides (AINE) con el efecto de AINE más acupuntura y AINE más acupuntura simulada. Se demostró que con la acupuntura se pueden reducir significativamente más los dolores que con los otros dos métodos de tratamiento.

FUENTE: SERTEL S, HERRMANN S, GRETEN HJ, ET AL. ADDITIONAL USE OF ACUPUNCTURE TO NSAID EFFECTIVELY REDUCES POST-TONSILLECTOMY PAIN. EUR ARCH OTORHINOLARYNGOL. PMID: 18982338 [PUBMED - AS SUPPLIED BY PUBLISHER]

>>> Visualización de los meridianos de acupuntura >>>

Un grupo de investigadores chinos ha logrado hacer visibles con resonancia magnética funcional y con ayuda de un trazador radiactivo unos "canales" que pasan por puntos de acupuntura. Los autores del estudio piensan que este resultado apoya la teoría de la existencia de "canales" o vías en el cuerpo humano.

FUENTE: HONG-YI L, JIE-FU Y, CHEN M, ET AL. VISUALIZED REGIONAL HYPO-
DERMIC MIGRATION CHANNELS OF INTERSTITIAL FLUID IN HUMAN BEINGS:
ARE THESE ANCIENT MERIDIANS? J ALTERN COMPLEMENT MED. 2008;14:621-8.
SMS NEWSLETTER FEB. 2009

>>> Cuestionario sobre la sensación llegada del Qi (De Qi) >>>

Unos investigadores de la Universidad de Southampton han desarrollado un nuevo cuestionario que ayuda a diferenciar entre dolor y De Qi (llegada del Qi).

FUENTE: WHITE P, BISHOP F, HARDY H, ET AL. SOUTHAMPTON NEEDLE SENSATION QUESTIONNAIRE: DEVELOPMENT AND VALIDATION OF A MEASURE TO GAUGE ACUPUNCTURE NEEDLE SENSATION. J ALTERN COMPLEMENT MED. 2008;14:373-79. SMS NEWSLETTER FEB. 2009.

>>> Fiabilidad del diagnóstico por examen de la lengua >>>

Unos investigadores australianos han comprobado la fiabilidad de este método. Para ello realizaron fotografías de alta calidad de 10 lenguas "típicas" y se las presentaron en 2 sesiones a 30 "diagnosticores de lenguas". Sus valoraciones demostraron que la reproducibilidad de los «diagnósticos» así obtenidos era muy baja. Tan sólo en el 17-19% coincidían los "diagnosticores"

entre sí y sólo 2 de 30 expertos en medicina tradicional china alcanzaron una reproducibilidad intraindividual aceptable.

FUENTE: KIM M, COBBIN D, ZASLAWSKI C. TRADITIONAL CHINESE MEDICINE TONGUE INSPECTION: AN EXAMINATION OF THE INTER- AND INTRAPRACTITIONER RELIABILITY FOR SPECIFIC TONGUE CHARACTERISTICS. J ALTERNATIVE COMPLEMENT MED. 2008;14:527-36.

>>> Ventosas con sangría eficaces para el dolor de espalda >>>

Unos anestesiólogos procedentes de Irán asignaron aleatoriamente a 98 pacientes con dolor de espalda a 2 grupos. Al grupo experimental se le aplicaron tres veces ventosas con sangría, mientras que el grupo de control recibió un tratamiento estándar convencional.

A la finalización de la terapia los dolores y el grado de discapacidad en el grupo experimental se habían reducido notablemen-

te. Estos efectos positivos persistieron hasta 3 meses. Los autores opinan que las ventosas con sangría constituyen un tratamiento eficaz para los dolores de espalda.

FUENTE: FARHADI K, SCHWEBEL DC, SAEB M, ET AL. THE EFFECTIVENESS OF WET-CUPPING FOR NONSPECIFIC LOW BACK PAIN IN IRAN: A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL. COMPLEMENT THER MED. 2009;17:9-15.

>>> El taichi reduce la presión sanguínea >>>

Una revisión sistemática de estudios sobre los efectos del taichi sobre la presión sanguínea ha llegado a la conclusión de que el taichi puede aminorar la hipertensión.

FUENTE: YEH GY, WANG C, WAYNE PM, ET AL. THE EFFECT OF TAI CHI EXERCISE ON BLOOD PRESSURE: A SYSTEMATIC REVIEW, PREV CARDIOL. 2008;11:82-9. SMS NEWSLETTER FEB. 2009.

>>> Las personas mayores que practican taichi duermen mejor >>>

Un estudio americano ha demostrado, por comparación con un grupo de control, que las personas mayores con trastornos moderados del sueño que practican taichi mejoran el sueño de forma significativa.

FUENTE: IRWIN MR, OLMSTEAD R, MOTIVALA SJ ET AL. IMPROVING SLEEP QUALITY IN OLDER ADULTS WITH MODERATE SLEEP COMPLAINTS: A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL OF TAI CHI CHIH. SLEEP. 2008; 31(7):1001-1008. SMS NEWSLETTER FEB. 2009

>>> **Practicar chikung 30 minutos es suficiente para levantar el ánimo** >>>

Un estudio ha obtenido el resultado de que el efecto que tiene sobre el estado de ánimo practicar de 30 min de chikung no varía cuando se practicaban 60 min.

FUENTE: JOHANSSON M, HASSMÉN P. ACUTE PSYCHOLOGICAL RESPONSES TO QIGONG EXERCISE OF VARYING DURATIONS, AM J CHIN MED. 2008;36:449-58. SMS NEWSLETTER FEB. 2009.

>>> **El chikung actúa positivamente sobre los síntomas de la fatiga crónica** >>>

Un estudio británico ha demostrado que la práctica diaria de 15 min de chikung produce una remisión significativa de los síntomas de la fatiga crónica y favorece la vitalidad, el sueño, las actividades sociales, el estado de salud y el bienestar psíquico de los pacientes.

FUENTE: CRASKE NJ, TURNER W, ZAMMIT-MAEMPE J, ET AL. QIGONG AMELIORATES SYMPTOMS OF CHRONIC FATIGUE: A PILOT UNCONTROLLED STUDY. ECAM. 2008, DOI:10.1093/ECAM/NEM088. SMS NEWSLETTER FEB. 2009.