



Revista Internacional de Acupuntura

www.elsevier.es/acu



Mesa Redonda: Placebo y acupuntura

Relación terapéutica en acupuntura y efecto placebo

Alex Santos Forrellad

Acupuntura, Hipnoterapia, Barcelona, España

A pesar de la evidencia de los beneficios clínicos de la acupuntura, aún hay cierta controversia en cuanto a su valor desde un punto de vista científico, según el modelo biomédico. Diversos estudios de investigación clínica en acupuntura confirman que el efecto de la acupuntura es superior al control. No obstante, dichos estudios concluyen que apenas hay diferencias significativas entre la acupuntura real y la acupuntura simulada (*Sham Acupuncture*), es decir, con el placebo. Sin embargo, lo interesante de las conclusiones, aunque en muchos casos no se tienen en cuenta, es la existencia de otros factores que influyen de manera significativa en dicho efecto terapéutico, además de los propios de la aguja. Entre estos factores destaca el contexto psicosocial, concretamente la relación que se establece entre terapeuta y paciente.

En los textos clásicos de medicina china se hace referencia a la actitud apropiada del acupuntor, tanto en el proceso de historia clínica como en la aplicación del tratamiento. La concentración y atención que dedica el médico a su paciente, escuchando y reconociendo cada uno de sus síntomas, facilita en el paciente un estado de apertura mental, confianza y relajación, que inevitablemente favorece el proceso terapéutico.

En la actualidad, los estudios relacionados con el análisis objetivo de los aspectos de la comunicación en la relación terapéutica confirman la contribución de dicha relación a incrementar los efectos positivos de la terapia. La calidad de la relación terapéutica viene definida por la actitud del médico en cuanto a ciertas habilidades de comunicación: establecer una relación empática, hablar de forma congruente y crear marcos mentales positivos.

En este contexto, una de las cuestiones que se plantea es: ¿cómo puede el acupuntor aprovechar los factores que influ-

yen en el proceso terapéutico, en beneficio del paciente? La propuesta es desarrollar determinadas habilidades de comunicación que, sobre la base de los estudios clínicos realizados, producen más impacto, como la empatía, la congruencia personal y la comunicación orientada a la solución.

La empatía, con un componente cognitivo y otro emocional, es la capacidad de establecer una relación de complicidad con el paciente, que produce cambios neurofisiológicos objetivables. Las características esenciales son: contacto visual (mirar a los ojos), escucha activa (habilidad para comprender más allá de las palabras) y capacidad para detectar —y responder— al lenguaje no verbal del paciente.

La congruencia personal en la comunicación permite transmitir credibilidad y generar confianza. Desarrollar la congruencia implica, por un lado, saber gestionar el propio estado emocional y, por otro, ser capaz de transmitir un mensaje claro y definido (si el acupuntor no cree en los conceptos y teorías de la medicina china puede transmitir un mensaje incongruente).

La comunicación orientada a la solución consiste en crear marcos mentales positivos, mediante la utilización de determinadas técnicas lingüísticas (reencuadres de significado y presuposiciones).

Todas estas habilidades, aunque suelen formar parte del carácter del médico acupuntor, se pueden desarrollar mediante determinadas prácticas, para reforzarlas y automatizarlas. Cada vez se publican más estudios, como por ejemplo los realizados por la Dra. Helen Riess, que demuestran que la calidad de la relación terapéutica produce cambios neurofisiológicos que favorecen el proceso de curación.

En conclusión, cuando el terapeuta es capaz de influir sobre su propio estado mental y emocional, va a ser capaz de modificar la neurofisiología del paciente y contribuir a su mejoría clínica.

B I B L I O G R A F Í A R E C O M E N D A D A

- Benedetti F. Placebo-induced improvements: how therapeutic rituals affect the patient's brain. *J Acupunct Meridian Stud.* 2012;5:97-103.
- Kelley JM, Kraft-Todd G, Schapira L, Kossowsky J, Riess H. The influence of the patient-clinician relationship on healthcare outcomes: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *PLoS One.* 2014;9:e94207.
- Riess H, Kelley JM, Bailey RW, Dunn EJ, Phillips M. Empathy training for resident physicians: a randomized controlled trial of a neuroscience-informed curriculum. *J Gen Intern Med.* 2012;27:1280-6.
- Riess H, Kraft-Todd G. EMPATHY: A tool to enhance nonverbal communication between clinicians and their patients. *Acad Med.* 2014;89:1108-12.
- Vas J, Aranda JM, Modesto M, Benítez-Parejo N, Herrera A, Martínez-Barquín DM, et al. Acupuncture in patients with acute low back pain: a multicentre randomised controlled clinical trial. *Pain.* 2012;153:1883-9.
- Vickers AJ, Cronin AM, Maschino AC, Lewith G, MacPherson H, Foster NE, et al; Acupuncture Trialists' Collaboration. Acupuncture for chronic pain: individual patient data meta-analysis. *Arch Intern Med.* 2012;172:1444-53.