

>>> La génesis de la migraña cada vez más cerca >>>

Un equipo de investigadores franceses ha observado mediante tomografía por emisión de positrones (PET) las activaciones que tienen lugar en la región del hipotálamo de los pacientes cuando están sufriendo un ataque de migraña. Hasta ahora se consideraba que la migraña alteraba algunos centros del tronco cerebral y el mesencéfalo, así como algunas áreas del córtex. La dificultad de la investigación sobre la migraña reside en el detalle. Antes

los ataques de migraña eran desencadenados experimentalmente, pero ahora esta investigación aborda ataques reales. Por regla general, los pacientes llegaban a la clínica que realizaba las pruebas PET a las 3 h de iniciarse el ataque. La directora del equipo, Dra. Marie Denuelle, indicó que "cuando se induce un ataque, falta la activación del hipotálamo".

FUENTE: [HTTP://NEWS.BBC.CO.UK/2/HI/HEALTH/7150247.STM](http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/7150247.stm) (26.12.2007)

>>> Las ventajas de las operaciones de disco no están demostradas >>>

Las operaciones de columna vertebral son objeto de debate también entre los especialistas. A este resultado ha llegado un análisis actual de la literatura científica mundial que ha presentado un grupo de ortopedas de Düsseldorf en el Congreso sobre Ortopedia y Traumatología de 2008 celebrado en Berlín. "A corto plazo las operaciones de las hernias discales en la porción lumbar de la columna vertebral son beneficiosas, pero a medio y largo plazo los resultados de los pacientes operados y no operados son análogos", apuntó en Berlín el Prof. Dr. med. Peter Wehling del Centro de Ortopedia Molecular, tras analizar unas 1.200 publicaciones. A esta conclusión llegó también, por ejemplo, el ensayo clínico más amplio del mundo realizado con 1.244 pacientes con hernia discal. "Los diferentes estudios dejan claro que no existe un tratamiento estándar para las hernias de disco. Más bien, se requiere un abordaje de tratamiento individual a la medida de cada paciente sobre la base de un diagnóstico exhaustivo", indicó Wehling.

Cuando se sospecha de la existencia de una hernia de disco, se requiere un diagnóstico completo con tomografía de resonancia magnética (TRM) y una medida exacta del dolor. "Si se comprende el dolor, podrá tomarse una decisión bien fundamentada junto con el paciente sobre el tratamiento óptimo", aclaró Wehling. La operación será siempre necesaria cuando exista un trastorno rectovesical o una afectación de los nervios con síntomas de parálisis. De lo contrario, la combinación de tratamiento farmacológico, fisioterapia y acupuntura logra la mejoría necesaria. "Dentro del abordaje no quirúrgico, el tratamiento mediante inyecciones en las raíces nerviosas posee una elevada significación" subraya Wehling. Para aliviar el dolor, aspecto fundamental que se debe considerar, se pueden utilizar diferentes analgésicos y antiinflamatorios (como el diclofenaco o la cortisona) así como proteínas propias del organismo (p. ej., el tratamiento con Orthokin®).

FUENTE: CORREO ELECTRÓNICO DEL 25.10.2007; CENTRO DE ORTOPEDIA MOLECULAR; A.KASSEL@GMX.DE

>>> El Gobierno chino impulsa la medicina tradicional china >>>

La medicina tradicional china (MTC), según el Gobierno chino, desempeña un papel clave en la implementación del objetivo nacional de proporcionar a cada ciudadano de China acceso a una atención médica básica.

El Gobierno desea crear una red nacional de MTC antes de 2010 que cubra tanto las zonas rurales como las urbanas. Esta ciencia

médica consagrada debe abarcar en total al menos un 30% de las necesidades de atención sanitaria de todo el país. Actualmente, según los datos oficiales, esta cifra asciende a menos de un 20%.

FUENTE: [WWW.GERMAN.CHINA.ORG.CN](http://www.german.china.org.cn) (24.10.2007)

>>> Cooperación científica internacional en el campo de la medicina tradicional china >>>

El mes de noviembre pasado se reunió en Pekín la Conferencia Internacional sobre Cooperación Científica en el campo de la medicina tradicional china (MTC). Durante la ceremonia de apertura Wu Yi, vicepresidenta del Gobierno chino, anunció que China apoyaría a nivel internacional el sector médico y científico, así como la difusión global de la MTC. Wu también aclaró que el Gobierno chino deseaba compartir con todos los países del mundo, y especialmente con los

países en vías de desarrollo, su experiencia en el campo de la MTC. Esto debía traducirse en la creación de centros de MTC y en su respaldo técnico y profesional, a cambio del desarrollo de métodos científicos para la investigación de la MTC. En la conferencia participaron 500 representantes de más de 40 países y regiones.

FUENTE: [HTTP://WWW.GERMAN.CHINA.ORG.CN/CHINA/2007-11/29/CONTENT_9318131.HTM](http://www.german.china.org.cn/china/2007-11/29/content_9318131.htm) (30.11.07)

>>> La acupuntura alivia las molestias lumbares >>>

Las molestias lumbares crónicas se alivian de manera significativa mejor mediante acupuntura según la medicina tradicional china (MTC) y acupuntura simulada, que con un tratamiento estándar según las directrices convencionales.

En el estudio participaron 1.162 pacientes. Una tercera parte de ellos recibió 10 sesiones de acupuntura según la MTC de 30 min cada una (profundidad de inserción de las agujas de 5 a 40 mm), otra tercera parte acupuntura simulada (puntura de puntos que

no son de acupuntura y profundidades de inserción de tan sólo 1 a 3 mm) y la tercera parte restante un tratamiento estándar basado en las directrices actuales, consistente en farmacoterapia y medidas no farmacológicas. En caso necesario, era posible aplicar 5 sesiones adicionales.

Como respuesta al tratamiento se definió una remisión de los dolores de al menos un 33%, así como una mejora de las limitaciones funcionales de la espalda de al menos un 12% a los 6 meses. Casi la mitad de los pacientes de ambos grupos de acupuntura (MTC: 48% y acupuntura simulada: 44%) se beneficiaron del tratamiento, pero tan sólo lo hicieron alrededor de una cuarta parte de los que recibieron el tratamiento estándar (27%). La diferen-

cia en las tasas de respuesta entre los tratamientos de acupuntura y el tratamiento estándar fue estadísticamente significativa ($p < 0,001$). En los 3 grupos de tratamiento, más de la mitad de los pacientes hicieron uso de las 5 sesiones adicionales.

Según el punto de vista de los autores del estudio, una explicación de la eficacia comparable de ambos tratamientos sería que ambos métodos acupunturales activan un "mecanismo común" que influye sobre el origen, transmisión y procesamiento del dolor.

FUENTE: HAAKE M, MÜLLER HH, SCHADE-BRITTINGER C, ET AL. GERMAN ACUPUNCTURE TRIALS (GERAC) FOR CHRONIC LOW BACK PAIN: A RANDOMIZED, MULTICENTRE, BLINDED, PARALLEL-GROUP TRIAL WITH 3 GROUPS. ARCH INTERN MED. 2007;167:1892-8.

>>> La receta *Mao-To* reduce la duración de la fiebre en la gripe >>>

Se ha realizado un ensayo clínico en Japón sobre el tratamiento de los síntomas de la gripe con *Mao-To* (en chino *Mao huang tang*), una receta de la medicina tradicional *Kampo* que se utilizaba hace ya muchos siglos para el alivio de los síntomas de la gripe. En dicho ensayo participaron exclusivamente niños de edades comprendidas entre 5 meses y 13 años que presentaban una infección demostrada por el virus de la gripe del grupo A. Los niños fueron divididos en 3 grupos: 17 niños recibieron *Mao-To* (fórmula con *Ephedrae herba*, *Armeniacae cortex*, *Cinnamon cortex* y *Glycyrrhizae radix*) 3 veces al día en una dosis de 0,06 g/kg de peso corporal. Otros 18 niños fueron tratados con oseltamivir a una dosis de 2 mg/kg de peso corporal. El resto de los niños (14) recibieron ambos medicamentos combinados.

El criterio de valoración primario del ensayo fue el período de tiempo hasta la disminución de la temperatura corporal a 37,2 °C.

En cuanto a la evolución de los síntomas respiratorios de la gripe, no se halló ninguna diferencia medible en ninguno de los 3 grupos de tratamiento. En comparación con oseltamivir como monoterapia, la duración de la fiebre se redujo significativamente en los niños que tomaron el polvo *Mao-To*. No se observaron efectos adversos por el uso de dicha receta. Según la opinión de los autores, este tratamiento podría representar una alternativa, sobre todo para los virus de la gripe del grupo A, ya que cada vez se desarrollan más resistencias contra los fármacos inhibidores de la neuraminidasa.

FUENTE: KUBA T, NISHIMURA H. ANTI-PYRETIC EFFECT AT MAO-TO, A JAPANESE HERBAL MEDICINE, FOR TREATMENT OF TYPE A INFLUENZA INFECTION IN CHILDREN. PHYTOMEDICINE. 2007;14; ISSUES 2-3:96-101.

>>> Plantas medicinales chinas contra las náuseas y vómitos de la quimioterapia >>>

Las plantas medicinales tradicionales chinas no reducen los efectos tóxicos que produce la quimioterapia sobre la población de células sanguíneas de los pacientes, pero muestran una acción significativa sobre la contención de las náuseas. Se tomaron 120 pacientes con cáncer de mama o intestino grueso en fase inicial que requerían una quimioterapia postoperatoria. Fueron tratados o bien con fitoterapia china individualizada o con placebo en forma de infusiones de hierbas. La fitoterapia no mostró ningún

efecto sobre la toxicidad de la quimioterapia, tal y como revelaron los parámetros hematológicos, pero pudo reducir la aparición de las náuseas de forma significativa (el 14,6 frente a 35,7% en el grupo de referencia).

FUENTE: MOK SK, YEO W, JOHNSON PJ, ET AL. A DOUBLE-BLIND PLACEBO-CONTROLLED RANDOMIZED STUDY OF CHINESE HERBAL MEDICINE AS COMPLEMENTARY THERAPY FOR REDUCTION OF CHEMOTHERAPY-INDUCED TOXICITY. ANN ONCOL. 2007;18:768-74.

>>> Prevención del cáncer con té verde >>>

Unos investigadores de EE.UU. han analizado los datos de un estudio de cohortes realizado con 69.710 mujeres chinas de edades comprendidas entre los 40 y 70 años, a las que se les preguntó cuánto té verde tomaban habitualmente (al comienzo del estudio y transcurridos de 2 a 3 años).

En los siguientes 6 años se constataron 256 casos de carcinoma colorrectal. En comparación con aquellas mujeres que sólo habían tomado té verde de forma ocasional, el riesgo asociado de cáncer de las mujeres que lo tomaban habitualmente

era de casi la mitad. Se demostró una relación inversamente proporcional dosis-efecto entre la cantidad de té ingerido y el riesgo de padecer un carcinoma rectal o colorrectal. La reducción del riesgo fue más acusada en aquellas mujeres que manifestaron en ambos momentos de medida tomar té verde habitualmente.

FUENTE: YANG G, ET AL. PROSPECTIVE COHORT STUDY OF GREEN TEA CONSUMPTION AND COLORECTAL CANCER RISK IN WOMEN. CANCER EPIDEMIOLOGICAL BIOMARKERS PREV. 2007;16:1219-23.

>>> Taiji Quan para la diabetes tipo 2 >>>

En 32 pacientes con diabetes mellitus tipo 2, que practicaron Taiji Quan (boxeo con adversario imaginario) 3 h a la semana durante 12 semanas, se encontró una reducción estadísticamente significativa de hemoglobina glucosilada (HbA_{1c}) en sangre. Además se constató un número aumentado de células T citotóxicas y reguladoras.

FUENTE: YEH SH, CHUANG H, LIN HW. TAI CHI CHUAN EXERCISE DECREASES A1C LEVELS ALONG WITH INCREASE OF REGULATORY T-CELLS AND DECREASE OF CYTOTOXIC T-CELL POPULATION IN TYPE 2 DIABETIC PATIENTS. DIABETES CARE. 2007;30:716-8.

>>> El Qigong mejora la resistencia física >>>

El Qigong puede aumentar la resistencia física de los pacientes con insuficiencia cardíaca, según un estudio que incluyó 30 hombres y 13 mujeres que padecían una fibrilación auricular crónica, y cuya edad media era de 68 años.

Uno de los grupos practicó Qigong 16 semanas bajo supervisión médica, mientras que los demás probandos se incluyeron en una lista de espera. Para calcular la resistencia de los pacientes se midió el camino recorrido al comienzo del programa de ejercicios, al final del mismo, y nuevamente 16 semanas más tarde. Al concluir

el programa de ejercicios, los pacientes que habían practicado Qigong recorrieron una media de 114 m más en 6 min (27%), y a las 16 semanas incluso 57 m más de regreso (13,7%), en comparación con el comienzo del entrenamiento. En el grupo de control no se observó ninguna diferencia.

FUENTE: PIPPA L, MANZOLI L, CORTI I, ET AL. FUNCTIONAL CAPACITY AFTER TRADITIONAL CHINESE MEDICINE (QI GONG) TRAINING IN PATIENTS WITH CHRONIC ATRIAL FIBRILLATION: A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL. PREV CARDIOL. 2007;10:22-5.

>>> Trabajo sedentario: el Qigong ayuda a reducir el estrés >>>

Se tomaron 20 mujeres que trabajaban con el ordenador y se les midió diariamente durante 5 semanas —al comienzo y al final de la jornada laboral— la frecuencia cardíaca, la presión sanguínea y la temperatura periférica en el dedo. Además, en la primera y última semana se tomaron muestras de orina de 24 h para medir la excreción de catecolaminas. Las participantes llevaban un diario sobre la carga diaria y el nivel de estrés semanal. En las 10 mujeres que practicaron Qigong en este pe-

ríodo se apreció una reducción significativa de la excreción de noradrenalina en orina, así como un cambio de la frecuencia cardíaca y la temperatura corporal que indicaba una menor actividad del sistema nervioso simpático. Los dolores de espalda también remitieron.

FUENTE: SKOGLUND L, JANSSON E. QIGONG REDUCES STRESS IN COMPUTER OPERATORS, COMPLEMENT THE CLIN PRACT, 2007;13:78-84.

>>> Cáncer de mama y yoga >>>

Un grupo de médicos de Nueva York investigaron mediante un ensayo aleatorizado en el que se incluyeron 128 pacientes que padecían cáncer de mama la influencia del yoga (posturas, ejercicios de respiración y meditación) sobre la calidad de vida de estas pacientes (cansancio, estado de ánimo y salud). Las participantes o bien completaron un curso de yoga de 12 semanas o bien fueron incluidas en la lista de espera (grupo de referencia). Sin yoga los parámetros sociales empeoraron comparativamente en mucha más medida.

En particular, las mujeres que no recibían quimioterapia se beneficiaron del yoga desde el punto de vista emocional, social, espiritual y anímico. Aunque algunas mujeres no acudían de forma regular a la clase de yoga, el análisis final demostró los efectos beneficiosos del yoga para las pacientes con cáncer de mama.

FUENTE: MOADEL AB, SHAH C, WYLIE-ROSETT J, ET AL. RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL OF YOGA AMONG A MULTIETHNIC SAMPLE OF BREAST CANCER PATIENTS: EFFECTS ON QUALITY OF LIFE. J CLIN ONCOL. 2007;14:4387-95.

>>> El ajeno resulta eficaz para la enfermedad de Crohn >>>

Unos investigadores alemanes trataron a 40 pacientes con enfermedad de Crohn con un extracto de ajeno (*Artemisia absinthium*) o con un placebo. Además, todos los pacientes recibieron un tratamiento convencional lege artis. Después de 8 semanas de tratamiento, el 65% de los casos del grupo experimental alcanzaron una remisión completa y duradera del trastorno. Por su

parte, en el grupo de referencia esto no ocurrió ni en uno solo de los pacientes.

FUENTE: OMER B, KREBS S, OMER H, ET AL. STEROID-SPARING EFFECT OF WORMWOOD (ARTEMISIA ABSINTHIUM) IN CROHN'S DISEASE: A DOUBLEBLIND PLACEBO-CONTROLLED STUDY. PHYTOMEDICINE. 2007;14:87-95.

>>> Efecto anticancerígeno del ajo >>>

Unos investigadores australianos han analizado de forma crítica, mediante una revisión sistemática, los datos sobre el efecto del ajo sobre el cáncer de intestino.

Un ensayo aleatorizado refiere una reducción observada de los adenomas de colon del 29%. Asimismo, 8 estudios de casos y controles arrojaron datos a favor del efecto protector de la ingesta regular de ajo en el carcinoma colorrectal. La perspectiva se

completó con 11 estudios experimentales realizados en animales; todos ellos demostraron de forma significativa los efectos anticancerígenos del ajo.

FUENTE: SUONG N, NGO T, WILLIAMS DB, ET AL. DOES GARLIC REDUCE RISK OF COLORECTAL CANCER? A SYSTEMATIC REVIEW. J NUTR. 2007;10:2264-9.

>>> Un extracto del cannabis puede detener el crecimiento tumoral >>>

El cannabidiol (CBD), compuesto extraído del cannabis, podría impedir la metastatización de los tumores de mama. Este compuesto inhibe la expresión del gen *Id1*, que actúa como regulador importante en la metastatización del cáncer de mama. Por ello los investigadores esperan que el CBD pueda impedir la diseminación de distintos carcinomas sin los agresivos efectos secundarios de la quimioterapia.

Como el cannabinoide en sí mismo no posee un efecto psicoactivo, los investigadores no ven impedimentos legales. Sin embargo,

no recomiendan el porro como medida profiláctica de los tumores, ya que fumando cannabis sería casi imposible alcanzar la dosis de CBD clínicamente eficaz.

FUENTE: McALLISTER SD, CHRISTIAN RT, HOROWITZ MP, ET AL. CANNABIDIOL AS A NOVEL INHIBITOR OF ID-1 GENE EXPRESSION IN AGGRESSIVE BREAST CANCER CELLS. MOL CANCER THER. 2007;6:2921-7.

>>> Partos más fáciles con acupuntura con electroestimulación transcutánea nerviosa (TENS) >>>

Un grupo de tocólogos de Taiwan asignaron aleatoriamente a 100 mujeres embarazadas a 2 grupos. Durante el curso del parto fueron tratadas o bien con acupuntura con electroestimulación transcutánea nerviosa (TENS) (con electrodos en 4 puntos de acupuntura) o con acupuntura simulada (colocación de electrodos sin corriente). En el 62% de las mujeres del grupo experimental se logró una reducción clínicamente relevante del dolor.

En el grupo de control, esto sólo ocurrió en el 14% de las pacientes. El 96% de las mujeres del grupo experimental, pero sola-

mente el 66% de las del grupo de referencia, manifestaron que en su siguiente parto volverían a elegir este método. Los autores deducen de ello que la acupuntura TENS puede constituir una forma eficaz y no invasiva de control del dolor en obstetricia.

FUENTE: CHAO AS, CHAO A, WANG TH, ET AL. PAIN RELIEF BY APPLYING TRANSCUTANEOUS ELECTRICAL NERVE STIMULATION (TENS) ON ACUPUNCTURE POINTS DURING THE FIRST STAGE OF LABOR: A RANDOMIZED DOUBLE-BLIND PLACEBO-CONTROLLED TRIAL. PAIN. 2007;127:214-20.

>>> Complejos homeopáticos para el vértigo: buen nivel de evidencia científica >>>

Una revisión bibliográfica actual ha valorado los abordajes de la medicina complementaria para tratar los trastornos habituales de otorrinolaringología. Entre otros, se ha analizado la importancia que posee la homeopatía para tratar el vértigo. Los autores realizaron una investigación bibliográfica sistemática, considerando para ello únicamente estudios válidos realizados en humanos y excluyendo los casos clínicos. Los efectos positivos para el vértigo de un preparado homeopático complejo de 4 componentes fue confirmado con un buen nivel

de evidencia a través de 2 ensayos doble ciego aleatorizados y controlados, y un metaanálisis.

FUENTE: KARKOS C, LEONG SC, ARYA AK, ET AL. COMPLEMENTARY ENT': A SYSTEMATIC REVIEW OF COMMONLY USED SUPPLEMENTS. J LARYNGOL OTOL. 2007;121:779-82. DOI: 10.1017/S002221510600449X.

>>> Imanes en lugar de bolsas de hielo contra la hinchazón >>>

¿Pondremos simplemente imanes en lugar de hielo en los tobillos hinchados? Según unos investigadores norteamericanos, ha funcionado en las patas de ratas a las que se les había provocado artificialmente un proceso inflamatorio. La colocación de imanes durante 15 a 30 min nada más producirse la lesión redujo los edemas hasta en el 50%. Con una intensidad de campo de 10 o 70 militesla, los imanes poseen aproximadamente una décima parte de la fuerza de los imanes utilizados en los blocs de notas.

Sin embargo, es importante que su aplicación sea rápida, ya que cuando la hinchazón ya se ha extendido del todo, la magnetización ya no obtiene resultados.

FUENTE: CASSANDRA E, SKALAK M, SKALAK TC. ACUTE EXPOSURE TO A MODERATE STRENGTH STATIC MAGNETIC FIELD REDUCES EDEMA FORMATION IN RATS. AM J PHYSIOL HEART CIRC PHYSIOL. 294: H0-H57, 2008. FIRST PUBLISHED NOVEMBER 2, 2007; DOI:10.1152/AJPHEART.00529.2007