

Acupuntura y acupresión auricular para el alivio de los sofocos de la menopausia: ensayo aleatorizado controlado en mujeres chinas sometidas a ovariectomía bilateral

Zhou J, Qu F, Sang X, et al. eCAM 2009;1-8; doi 10.1093/ECAM/NEP001

The objective of this study is to explore the effects of acupuncture and auricular acupressure in relieving menopausal hot flashes of bilaterally ovariectomized Chinese women. Between May 2006 and March 2008, 46 bilaterally ovariectomized Chinese women were randomized into an acupuncture and auricular acupressure group ($n = 21$) and a hormone replacement therapy (HRT) group (Tibolone, $n = 25$). Each patient was given a standard daily log and was required to record the frequency and severity of hot flashes and side effects of the treatment felt daily, from 1 week before the treatment started to the fourth week after the treatment ended. The serum levels of follicle stimulating hormone (FSH), LH and E2 were detected before and after the treatment. After the treatment and the follow-up, both the severity and frequency of hot flashes in the two groups were relieved significantly when compared with pre-treatment ($P < 0.05$).

There was no significant difference in the severity of hot flashes between them after treatment ($P > 0.05$), while after the follow-up, the severity of hot flashes in the HRT group was alleviated more. After the treatment and the follow-up, the frequency of menopausal hot flashes in the HRT group was reduced more ($P < 0.05$). After treatment, the levels of FSH decreased significantly and the levels of E2 increased significantly in both groups ($P < 0.05$), and they changed more in the HRT group ($P < 0.05$). Acupuncture and auricular acupressure can be used as alternative treatments to relieve menopausal hot flashes for those bilaterally ovariectomized women who are unable or unwilling to receive HRT.

Key words

Acupuncture, auricular acupressure, hormone replacement therapy (HRT), hot flashes, menopausal

Comentario

En este ensayo clínico controlado se comparó el efecto de la acupuntura y del masaje de puntos auriculares con el del tratamiento hormonal sobre los sofocos en mujeres que había sido sometidas a una ovariectomía bilateral.

Diseño del estudio

Cuarenta y seis mujeres chinas sometidas a una ovariectomía bilateral fueron asignadas aleatoriamente a 2 grupos: uno de acupuntura y masaje de puntos auriculares ($n = 21$) y otro grupo de tratamiento de sustitución hormonal con el esteroide sintético tibolona. La acupuntura se aplicó en los puntos B 6, VB 20, IG 4, IG 11, Ren 4, Du 14, R 7 y Ex-CA 1 (Zigong) con la técnica de puntura habitual hasta alcanzar la sensación De Qi y utilizando para comenzar y para finalizar la técnica de estimulación de «no tonificación y no dispersión» durante 30 s. Las agujas se dejaban colocadas 40 min y se realizaban 2 sesiones a la semana. El masaje de los puntos auriculares se realizó con un esparadrapo mediante el cual se aplicaban pequeñas bolitas magnéticas en cada lugar de estimulación. Se estimularon los puntos: simpático 1 (Veg 1), Shen Men, ACTH, simpático 2 (Veg 2), zona endocrina, riñón, corazón e hígado. Las participantes en el estudio se masajearon los puntos

citados dos veces al día en ambos lados durante 3 min. Los esparadrapos se reponían semanalmente. En el grupo de la terapia hormonal, las participantes tomaban 2,5 mg de tibolona diarios. Ambos grupos fueron tratados durante 12 semanas. Los casos índice tratados valoraron sus sofocos mediante una escala de 3 puntos (sofocos leves, moderados o intensos). Se obtuvo una puntuación de intensidad de los episodios con la siguiente fórmula: $1 \times n.^{\circ}$ de sofocos leves + $2 \times n.^{\circ}$ de sofocos moderados + $3 \times n.^{\circ}$ de sofocos intensos. Además también se registró el número total de sofocos. Como parámetros de laboratorio se determinaron los niveles de hormonas foliculoestimulante (FSH), luteinizante (LH) y E2. Los datos se tomaron basalmente antes de comenzar el tratamiento, al final del mismo y en el seguimiento a las 4 semanas.

Resultados

En los datos iniciales de los 2 grupos aleatorizados no había diferencias significativas. La puntuación de los episodios de sofoco disminuyó significativamente en ambos grupos después de 12 semanas de tratamiento. No se halló ninguna diferencia de resultados entre ambos grupos. Después de un período de 4 semanas se mantenían las significativas mejoras en ambos grupos, si bien los efectos eran más marcados en el grupo de sustitución hormonal. Trans-

curridas 12 semanas, la frecuencia de aparición de los sofocos había disminuido más en el grupo de la terapia hormonal que en el de la acupuntura. No obstante, en ambos grupos se apreciaban mejorías significativas. En el seguimiento después de 4 semanas, el parámetro de la frecuencia de sofocos permanecía constante en ambos grupos. Después del tratamiento en ambos grupos se habían reducido los valores de FSH y aumentado significativamente los de E2. En el grupo del tratamiento hormonal también habían disminuido los valores de LH. La magnitud de los cambios en los parámetros de laboratorio fue superior en el grupo del tratamiento hormonal. En ninguno de los 2 grupos se comunicaron acontecimientos adversos.

Discusión

Los autores mencionan que también en experimentos con animales se han observado los efectos de los estímulos de la acupuntura sobre la regulación de las hormonas sexuales. En el presente estudio se ha podido demostrar que la acupuntura ejerce un efecto positivo sobre la frecuencia e intensidad de los sofocos en pacientes sometidas a ovariectomías. Las elevaciones del nivel de FSH y las reducciones del nivel de E2 asociadas a la acupuntura fueron compensadas parcialmente por las participantes del estudio. La selección de los puntos de acupuntura se realizó por analogía con los postulados de la medicina china, apoyándose en igual medida en los datos bibliográficos y en la experiencia clínica. La problemática aún sin resolver de la acupuntura placebo hizo que se desechara la opción de un estudio controlado, escogiéndose un diseño de estudio comparativo de 2 terapias, más concluyente para la prácti-

ca clínica. Se pudo demostrar que el tratamiento de acupuntura constituye una alternativa frente a la terapia hormonal para los sofocos, si bien la acción de la acupuntura podría ser menos acusada.

Evaluación

Para el clínico, por lo general, el valor de los estudios comparativos entre terapias es considerablemente superior al de los estudios controlados con placebo. Esto es especialmente así en los estudios de acupuntura, puesto que los denominados placebos de acupuntura no están exentos de un efecto propio (no son inertes) y tan sólo se pueden controlar determinados aspectos del tratamiento de acupuntura, mientras que otros, sobre todo las variables psicológicas y de la estimulación con la aguja, no se pueden controlar. Claro está que en el presente estudio tampoco se pueden descartar sesgos. No obstante, el estudio responde a las cuestiones relevantes que plantean los pacientes, como con qué grado de mejoría puedo contar, si es mejor un tratamiento farmacológico, en qué grado es mejor o qué efectos no deseados puedo esperar. Es necesario reproducir los resultados del estudio y además estableciendo un periodo de seguimiento más largo, de forma que se puedan definir con más nitidez los intervalos necesarios entre sesiones de acupuntura de recordatorio. Además, no sólo debe determinarse el grado de la molestia, sino también preguntar sobre la satisfacción de los pacientes y su calidad de vida.

Michael Hammes
daeqfa.hammes@t-online.de