

Cómo tratar el dolor con acupuntura

La acupuntura es el tratamiento de enfermedades mediante la estimulación de puntos específicos del cuerpo (acupuntos). La acupuntura se usa con más frecuencia para tratar el dolor.

Tipos de acupuntura

Hay 3 tipos principales de acupuntura. La **acupuntura convencional** implica estimular los acupuntos con delgadas agujas de acero inoxidable. La **acupuntura eléctrica** es similar a la convencional, con la diferencia de que se usan impulsos eléctricos proporcionados a través de las agujas. La **estimulación eléctrica transcutánea de los acupuntos** implica estimular los acupuntos sin usar agujas. En la edición de *JAMA* de esta semana, se incluye un artículo sobre el uso de la acupuntura para tratar el dolor de rodilla.

Principios de la acupuntura

En la medicina tradicional china, se cree que determinados sistemas del cuerpo, llamados **meridianos**, regulan el funcionamiento del cuerpo a través del flujo normal de energía (*qi*) de una parte a otra. Se cree que las alteraciones en este flujo causan enfermedades. Quienes practican la medicina tradicional china sostienen que las técnicas de acupresión y acupuntura curan las enfermedades restableciendo este flujo.

Una acupuntura exitosa implica estimular la región cutánea correcta que está asociada con un órgano o con un proceso de enfermedad. Debido a que se cree que hay diversos meridianos conectados, a veces, quienes practican la técnica aplican acupuntura a lo largo de la vía de una región a otra. Además, otras veces, dichas personas aplican acupuntura directamente en un punto doloroso. Esto podría ayudar a reducir el dolor en ese punto.

Usted debe informar a su médico que está recibiendo acupuntura, ya que esta puede interactuar con otros tratamientos que esté recibiendo.

Capacitación y licencia

Muchos planes de seguro de los EE. UU. cubren los tratamientos con acupuntura. Sin embargo, su acupunturista debe contar con la capacitación y la licencia adecuadas. En los Estados Unidos, los acupunturistas deben completar un programa educativo, de 3 a 4 años de duración. Estos programas deben estar acreditados por la Comisión de Acreditación para Acupuntura y Medicina Oriental (Accreditation Commission for Acupuncture and Oriental Medicine). Para obtener una licencia, en la mayoría de los estados, los acupunturistas deben aprobar un curso administrado por la Comisión Nacional de Certificación para Acupuntura y Medicina Oriental (National Certification Commission for Acupuncture and Oriental Medicine). También deben aprobar un examen de certificación. Puede obtener más información sobre calificaciones en <http://nccam.nih.gov/health/decisions/credentialing.htm>.

Puntos seleccionados de acupuntura para tratar el dolor



PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Institutos Nacionales de la Salud (National Institutes for Health): Centro Nacional de Medicina Complementaria y Alternativa (National Center for Complementary and Alternative Medicine) <http://nccam.nih.gov/health/whatiscom/chinesemed.htm>
- Comisión Nacional de Certificación para Acupuntura y Medicina Oriental (National Certification Commission for Acupuncture and Oriental Medicine) www.nccaom.org/regulatory-affairs/state-licensure-map

+ Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de *JAMA* anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de *JAMA* en jama.com. Muchas están disponibles en inglés y en español.

Autores: Wen Wang, MD, PhD; Sheng-Xi Wu, MD, PhD

Divulgación relacionada con conflictos de intereses: Los autores han completado y presentado el formulario del Comité Internacional de Editores de Revistas Médicas (International Committee of Medical Journal Editors, ICMJE) para la divulgación de posibles conflictos de intereses, y no se informó ningún conflicto.

Fuente: Han JS. Acupuncture analgesia: areas of consensus and controversy. *Pain*. 2011;152(3):S41-S48.

La Hoja para el Paciente de *JAMA* es un servicio al público de *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta Hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su enfermedad médica personal, *JAMA* le sugiere que consulte con su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta Hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.