

Tendències

Cap a la medicina integrativa

ANA MACPHERSON
Barcelona

L'acupuntura ha resultat ser un tractament eficaç del dolor crònic, el que persisteix durant més de tres mesos. En una metanàlisi que inclou 29 estudis sobre 14.597 pacients, es concreta que, comparada amb una acupuntura simulada, amb un altre grup control (sense tractament) i, en algun dels estudis, amb l'ús d'antiinflamatoris, els símptomes milloren en gran manera i es necessita menys medicació.

També en la rinitis al·lèrgica, dotze sessions en vuit setmanes van resultar efectives comparades amb un tractament placebo. Segons l'estudi fet sobre 422 pa-

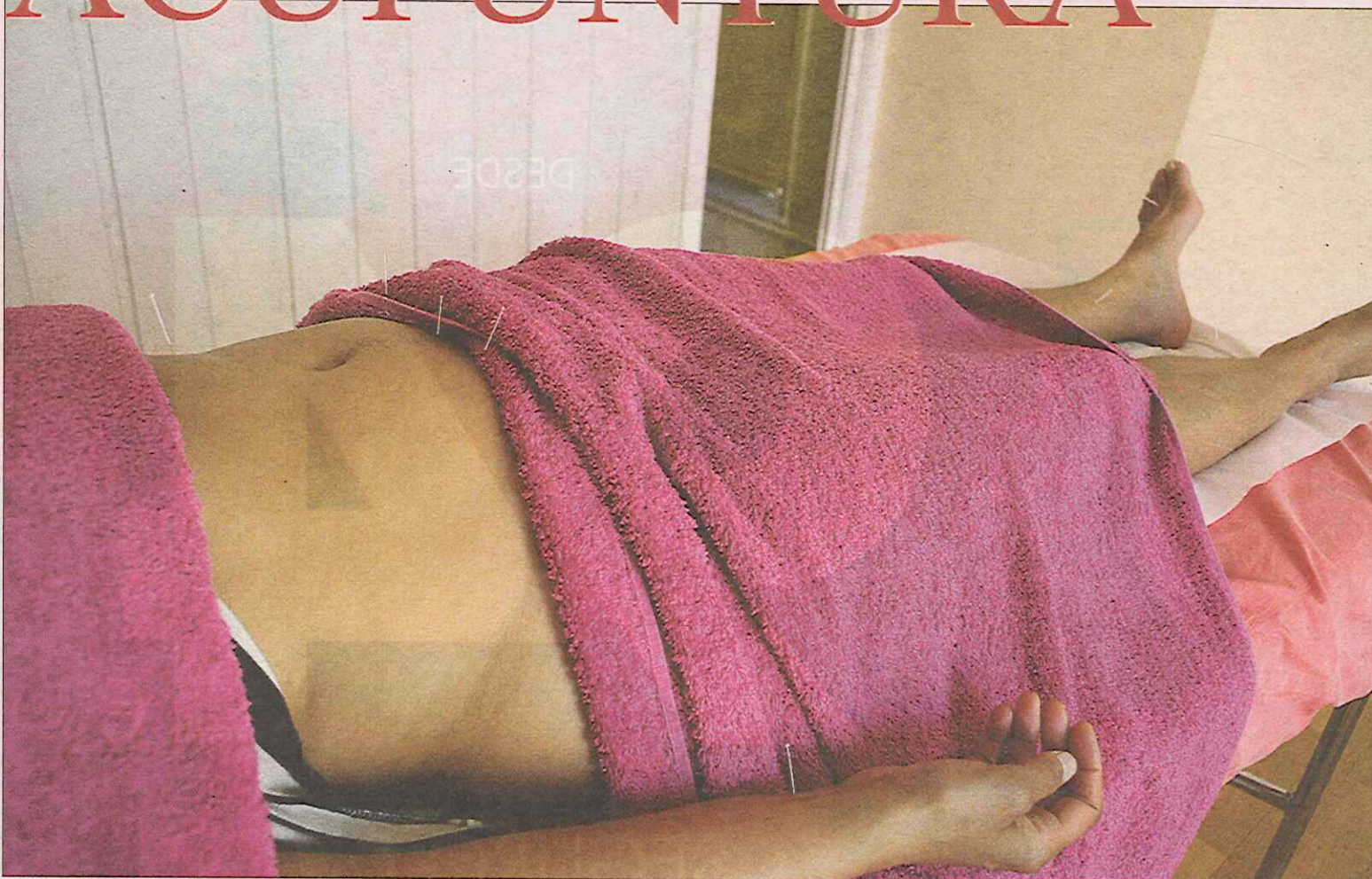
Tant el dolor crònic com la rinitis al·lèrgica i seqüeles de radioteràpia responen a l'acupuntura

cients, el 71% va ser efectiu davant el 54% del placebo. I, a més, va reduir la necessitat de medicació urgent. I al cap de l'any, els efectes persistien en part dels pacients tractats amb acupuntura.

En el cas del mal de genoll, els estudis de revisió mostren que quan es combina acupuntura i antiinflamatori es millora molt més que només amb antiinflamatoris i a més es requereix menys medicació. Una altra de les evidències mostrades en els últims mesos es refereix a la sequedat de boca en pacients en radioteràpia per càncer de coll i cap. La xerostomia crònica, una de les seqüeles més invalidants i de gran impacte en la qualitat de vida d'aquests pacients, millora amb acupuntura dues vegades més que el tractament habitual en malalts que fa mesos que no ho aconsegueixen. El més curiós, assenyalen en la revisió, és que els canvis en la qualitat de la saliva no són perceptibles, però sí en la sensació de sequedat.

La mala col·locació fetal (els nens que vénen de natges) és una altra intervenció d'èxit de l'acupuntura, que ha estat corroborada científicament amb la participació bàsica d'equips espanyols. Utilitzen un punt d'acupuntura situat al peu en el qual s'aplica moxibustió, que escalfa el punt triat. Aquest efecte inicia en l'úter la cadena fisiològica que portarà fins al part. Dirigit pel doctor Jorge Vas, de Sevilla, la investigació va tenir la participació de 58 centres sanitaris que van aplicar la tècnica entre les setmanes 33 i 35 de l'embaràs i van estudiar 406 embarassades. En tres grups: un amb acupuntura, un altre amb falsa acupuntura i un altre amb tractament habitual. Els resultats van ser una mica millors amb la moxibustió, però tot i això significatius. I a més, hi va haver menys cesàries.

ACUPUNTURA



JORDI ROVIRALTA

Les agulles actuen localment, com les col·locades a l'abdomen, per tractar un problema menstrual i també a les extremitats

Agulles amb aval científic

Les investigacions donen suport a aquesta teràpia que continua fora de la sanitat pública

COM FUNCIONA?

El 90% de l'efecte es produeix al lloc de la punxada

■ El dolor crònic és el terreny on l'acupuntura regna millor. "El 80% dels pacients millora", assegura el doctor Jorge Vas, un dels investigadors més prolífics en acupuntura a Espanya i director de la unitat de tractament en un ambulatori de Dos Hermanas (Sevilla).

"La intensitat del dolor disminueix entre un 60% i un 70%, cosa que porta a consumir menys fàrmacs i a millorar-ne la funcionalitat, a poder-se moure, sortir", indica el doctor Vas. A la seva

unitat de tractament de dolor no se suprimeix mai la medicació, però es disminueix segons els símptomes.

Com es produeix aquest efecte? Segons l'expert suec Thomas Lundberg, que va participar en una jornada d'actualització de metges acupuntors a Barcelona, el 90% de la reacció en acupuntura apareix a escala local i muscular: la punxada, la lesió, genera nous vasos, cosa que augmenta l'oxigenació en el teixit per vasodilatació. Això suposa l'alliberament

de l'ATP (adenosinatrifosfat), una molècula utilitzada per tots els organismes vius per proporcionar energia en les reaccions químiques. Per això, a més a més, es creu que la medicació arriba més bé.

La punxada, en un segon nivell d'acció, desactiva algunes de les respostes que es produeixen en el sistema nerviós central quan un dolor es prolonga durant mesos. Les alteracions del son, l'ansietat o l'aïllament social també milloren amb el tractament.

Juntament amb aquesta aplicació, el britànic National Institute for Health and Care Excellence (NICE), que controla la qualitat dels tractaments, ha recomanat l'ús d'acupuntura per tractar com a profilàctic la migranya, per evitar-ne l'aparició. I s'està pendent dels resultats finals en dues aplicacions més: en la millora dels tractaments de fertilitat i en la depressió lleu.

Aquestes són les noves indicacions que han aconseguit aval científic. L'acupuntura va consolidant any rere any el seu passaport per compartir espai amb la medicina occidental a través de noves evidències científiques, és a dir, de les proves admeses per tots els professionals com a fefaents que allò funciona. Però, malgrat que creix en evidència científica, el seu pes en la medicina pública espanyola segueix limitada a experiències més o menys solitàries.

La seva utilització en dolors crònics de tot tipus, però especialment de cervicals, genoll, lumbars i espatlla, és generalitzada en les consultes privades. "És el que més tenim", admet la doctora Isabel Giralt, vocal i expresidenta de la secció de metges acupuntors del Col·legi de Metges de Barcelona. I la petita presència de l'acupuntura en la medicina pública també es deu sobretot als dolors crònics. Però amb enormes resistències. "Cal demostrar que és millor opció que la medicació", posa com a exemple Josep Maria Argimon, conseller delegat de l'Agència d'Infor-

LA IMPLANTACIÓ DE MEDICINES COMPLEMENTÀRIES

En nens

El 17,6% dels nens catalans reben algun tipus de tractament de medicines que es consideren complementàries

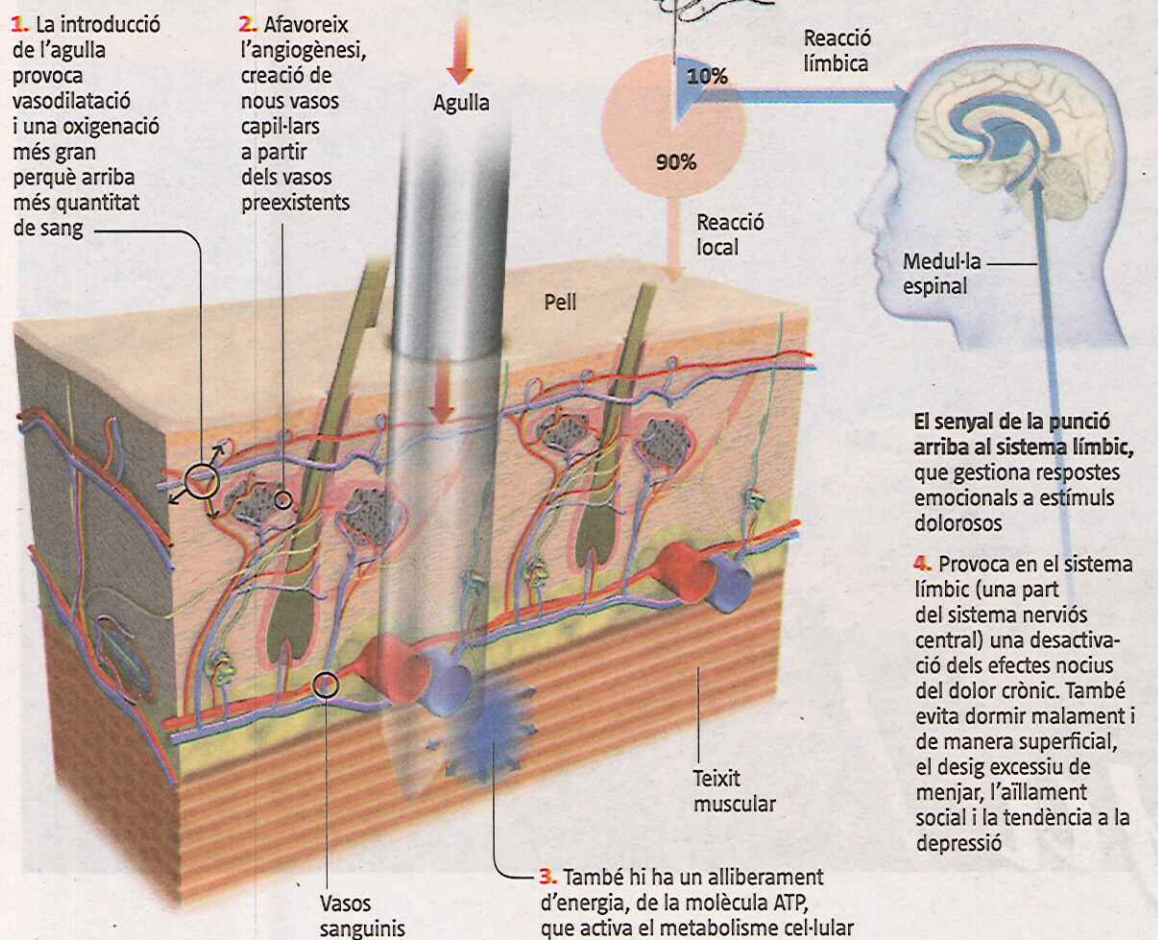
Acupuntura i homeopatia

L'acupuntura és la medicina que està més introduïda en el món hospitalari, però l'homeopatia és més freqüent en l'àmbit pediàtric privat

Deixar la medicació

Segons alguns estudis, el 7,8% dels pares dels nens atesos amb medicines complementàries havia deixat la medicació en algun moment...

Entorn del 90% de les reaccions físiques a la punció apareixen a nivell local...



FONT: Getty Images, elaboració pròpia

INFORMACIÓ: Isabel Giral (metgessa acupuntora)

LA VANGUARDIA

mació, Avaluació i Qualitat en Salut (Aiaqs), l'organisme que a Catalunya valora els serveis sanitaris i participa en l'elaboració de guies de pràctica clínica. "No tot el que funciona ha de ser finançat per la sanitat pública; les ulleres també funcionen".

En reconeixen, perquè se n'ha demostrat l'evidència en revisions de diferents estudis publicats

teixa manera: per incorporar aquests tractaments a la cartera de serveis cal demostrar-ne l'eficàcia durant més temps, perquè ja tenim altres tractaments", explica Argimon. I assenyalava els Estats Units i Bèlgica, que no els inclou. El Regne Unit finança el tractament del lumbago amb límits; a Alemanya, algunes companyies d'assegurances reem-

és gens fàcil d'obtenir pel nombre de pacients i pel finançament dels estudis, ja que no hi ha cap gran empresa interessada darrere", apunta la doctora Giral, els obri la porta a la desitjada medicina integrativa. Aquella que en un hospital o en un centre d'assistència primària inclogui diverses opcions de tractament amb qualsevol de les medicines complementàries. El 17,6% dels nens catalans utilitza algun tipus de medicina d'aquest tipus a més de la convencional, segons van constatar en un estudi recent els metges de l'hospital de Sant Joan de Déu. Molts més dels que s'imaginaven.

La resistència entre els professionals a allò que en podríem dir les altres medicines és important. Encara que l'acupuntura és la més ben admesa en la sanitat pública. A Europa predomina la denominada acupuntura contemporània, practicada d'una manera més restrictiva, amb menys punts d'intervenció i sotmesa al rigor de l'evidència científica en gran manera, més que l'acupuntura xinesa. A Espanya abunda més aquesta última, tot i que per molts metges és un model massa variable i poc explicable pel coneixement científic.

Diverses universitats, entre les quals hi ha la de Barcelona, tenen un màster en acupuntura per a metges. Només a Barcelona n'hi ha uns 300 de col·legiats. També hi ha odontòlegs, veterinaris, infermers i llevadores que la practiquen, però continua sent una raresa en la pública.

La unitat de tractament del dolor d'un CAP de Sevilla fa quinze anys que practica acupuntura i ha elaborat desenes d'assajos clínics

L'experiència de l'ambulatori

ANA MACPHERSON / SARA SANS
Barcelona / Tarragona

El centre de salut de Doña Mercedes, a Dos Hermanas, Sevilla, fa quinze anys que té una unitat de tractament del dolor amb acupuntura. Es tracta d'un equip pioner en l'ús reconegut d'aquesta medicina a la sanitat pública. "Fins i tot forma part de la cartera de serveis de l'àrea, malgrat que no està inclosa a la cartera de tot el Servei Andalus de Salut", aclareix el responsable, el doctor Jorge Vas.

Es l'experiència pública més sòlida. S'hi tracten cefalees, dolors cervicals, lumbàlgies, neuràlgies rebels, dolors de regla i, en general, el dolor crònic en què no funciona res. Al principi feien servir les consultes que quedaven buides a la tarda, però ara disposen d'un espai propi, amb cinc cabines, sala d'espera i horari normal. "I, a més a més, investiguem", apunta el doctor Vas, que gràcies a les beques d'investigació va aconseguir dedicar a aquesta tasca el 50% del seu temps de metge de família acupuntor de la sanitat pública. Fins que s'ha tallat radicalment el finançament de la investigació, el seu equip treballava en un o dos assajos anuals. "El primer ens el van publicar el 2004 al *British Journal of Medicine*", una de les bibliques mèdiques. Tractava sobre l'artrosi de genoll. Ara estan acabant l'estudi sobre el cost-benefici dels tractaments per capgirar el fetus que ve de natges, "perquè hi ha un estalvi notable en cesàries". L'aposta de la sanitat andalus ha permès que cinc o sis grans hospitals tinguin acupuntura a la unitat del dolor.

A Catalunya hi ha hospitals que fa anys que van posar en marxa aquesta tècnica. N'hi ha que continuen, però d'altres van desaparèixer, com l'experiència de Mataró, on tractaven el dolor lumbar. La unitat que s'ha consolidat és la de l'hospital de Santa Tecla de Tarragona, que es va posar en marxa el 2009. "Principalment per

tractar malalts de lumbàlgia que no responien al tractament mèdic habitual ni a la rehabilitació", explica el responsable de la unitat, el doctor Miquel Sanchis, que dedica dues hores setmanals a la consulta d'acupuntura de l'hospital. Durant l'últim any s'ha ampliat el ventall i també han tractat pacients amb cicatrius doloroses o amb migranyes.

A oncologia pediàtrica de Sant Joan de Déu, l'anestesiòleg Lluís Càncer dedica un dia a la setmana a tractaments d'acupuntura i altres medicines complementàries. "Intentem aplicar una visió integral", assenyalava, cosa que implica l'ús d'acupuntura, micronutrició, homeo-



JORDI ROVIRALTA

El doctor Jorge Vas

patia o algunes d'aquestes tècniques combinades. A obstetrícia, el mateix hospital té contractat un equip acupuntor dos dies a la setmana per tractar una mitjana de vuit pacients. Atenen la col·locació del fetus que ve de natges. "Amb un 50% d'èxits durant la setmana 34 i una reducció important de les cesàries", diu la doctora Cristina Domingo. Aquest equip ja forma part de la rutina al servei d'obstetrícia i ara impulsa el tractament de la maduració del coll uteri per a parts tardans.

En un CAP municipal i de la Generalitat -Can Bou de Castelletdefels- han incorporat un acupuntor a l'oferta de serveis, però pagant l'usuari.



JORDI ROVIRALTA

Un tractament de relaxació muscular en punts del peu

anteriorment, l'eficàcia per al control de la náusea durant la quimioteràpia, en mals de cap tensionals, crònics o episòdics, complementant altres tractaments farmacològics en el dolor crònic inespecífic i en dolors lumbars.

"Són majoria els sistemes sanitaris que es comporten de la ma-

borsen el cost si abans ha fracassat el sistema clàssic, a França es reemporten parcialment sota autorització, com també a Suècia. Espanya no ho té sobre la taula.

Però els metges acupuntors continuen explorant i intentant que l'aval científic, "que no ens