



La acupuntura

¿Es posible estar recibiendo un tratamiento para el cáncer y sentirse bien?

Actualmente, debido a la realización de pruebas de “detección precoz” en poblaciones sanas, cada día aumenta el número de personas diagnosticadas de cáncer. Según el Observatorio de la As-

ciación Española contra el Cáncer, 270.363 personas recibieron ese diagnóstico en 2018. En la actualidad, podríamos decir que casi todos tenemos un conocido o un familiar recibiendo tratamiento para el cáncer.

Aunque se destinen muchos recursos y se avance en el desarrollo de tratamientos más eficaces y específicos para cada tipo de tumor, los efectos secundarios que producen siguen siendo muy incapacitantes. Los tratamientos con quimioterapia

pueden producir distintos tipos de efectos: locales, de toxicidad temprana y de toxicidad tardía. Todo esto asociado a los efectos de la cirugía y la radioterapia, hacen que la calidad de vida durante y después de los tratamientos, se vea muy deteriorada.

Muchos pacientes son asintomáticos en el momento del diagnóstico y empiezan a sentirse enfermos cuando inician los tratamientos. Hace unos días un paciente me dijo: "Cuando te cuentan las opciones que tienes para tratarte de un cáncer, en vez de estar oyendo que te están dando soluciones, sientes que te están ofreciendo ir a un campo de concentración". Con esa sensación van muchos pacientes a cada sesión de tratamiento.

Os voy a contar el caso de una paciente a quien, para preservar su identidad, llamaremos M.A.G.

En febrero de 2019 M.A.G. gozaba de buena salud, no tenía ninguna molestia en especial, pero en sus exámenes de rutina, le diagnosticaron un cáncer de mama. Le extrajeron un pequeño tumor del seno izquierdo, y en marzo comenzó con tratamiento con quimioterapia. Además del tratamiento propuesto por sus oncólogos, M.A.G. quería hacer todo lo que estuviera a su alcance para sentirse y estar bien.

Comenzamos entonces con un acompañamiento con el que ella pudo implicarse de manera activa en su bienestar. Excepto por los tiempos que requería para hacerse sus analíticas y tratamientos, M.A.G. pudo continuar trabajando y llevando una vida social activa, de hecho, me contaba entre risas, que siempre se iba a merendar con sus amigas el mismo día en que le hacían la quimio.

M.A.G. pudo alimentarse muy bien, por lo que mantuvo un peso saludable durante todo el tratamiento, no presentaba vómito ni molestias con los ciclos de tratamiento y no tuvo complicaciones, y me decía: "Lo que más me impresiona es que cuando iba a mis sesiones, las otras personas llegaban con muy mal aspecto, realmente sintiéndose muy, muy mal, mientras yo sentía que iba a por *mis vitaminas*". Efectivamente, la última vez que la vi había terminado sus tratamientos intravenosos y tenía una complexión física excelente, un precioso color rosa en sus labios y mejillas y una sonrisa que inundaba todo su rostro porque le habían encontrado muy bien en todos sus análisis.

También os puedo contar que el caso de M.A.G. no es único. Afortunadamente he podido conocer y acompañar a muchos otros pacientes como ella.



Muchas personas pueden tener una excelente calidad de vida, mientras siguen sus tratamientos para el cáncer. Esto les permite afrontarlos con gratitud y optimismo, lo cual sabemos que mejora sustancialmente las posibilidades de éxito. No es lo mismo que una persona piense que va “por su bálsamo divino” como decía una de mis pacientes, o “a por sus vitaminas” a que vaya “a por el veneno”.

¿QUÉ SE PUEDE HACER?

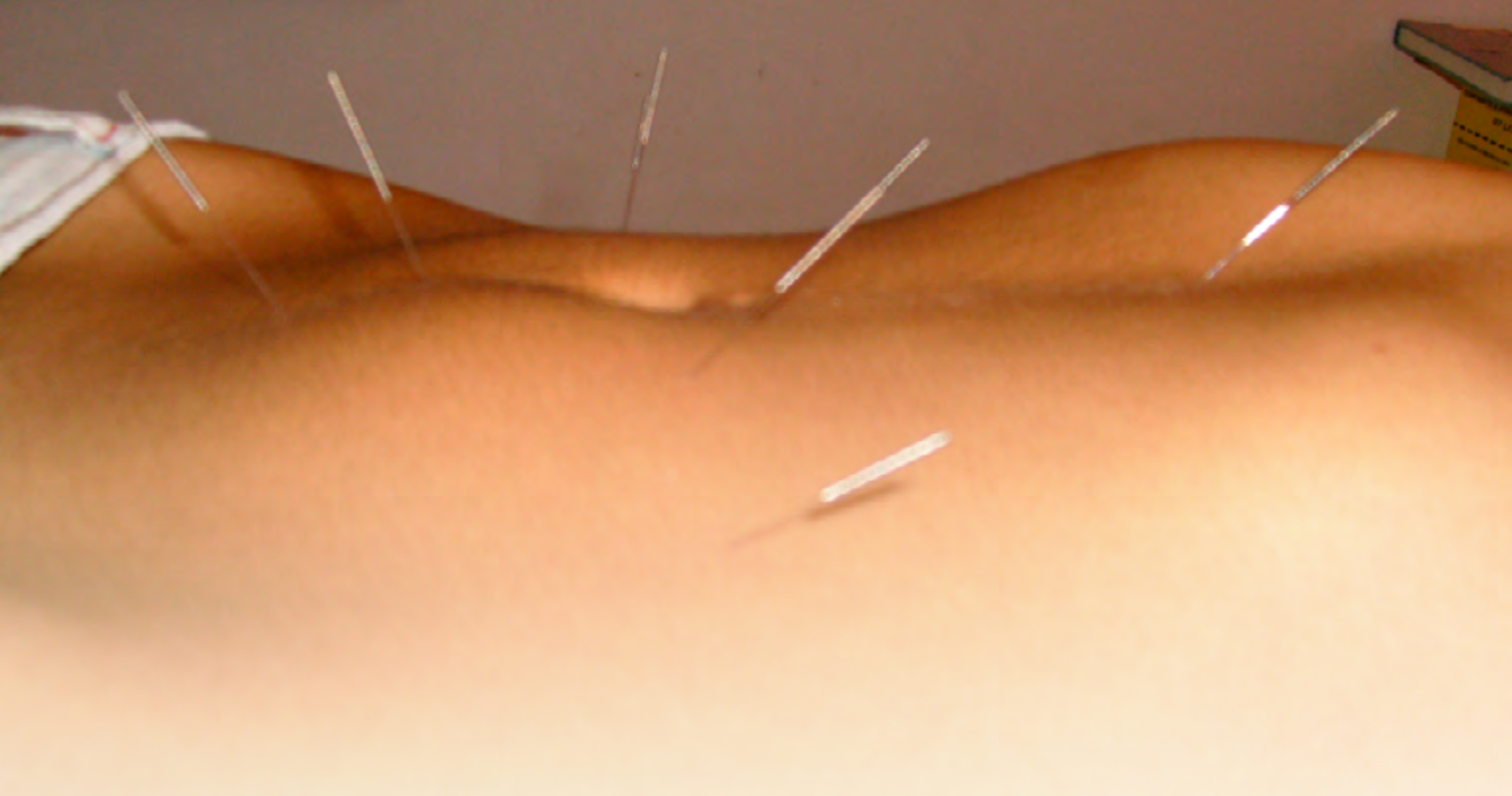
Además de una alimentación y una actividad física adecuadas, de unos buenos hábitos de vida y de un buen apoyo psicoemocional, contamos con técnicas como la acupuntura,

una herramienta utilizada desde hace miles de años, que tiene evidencias fundamentadas de sus efectos a nivel físico y psíquico.

La acupuntura es una técnica propia de la Medicina Tradi-

La acupuntura, una herramienta utilizada desde hace miles de años, tiene evidencias fundamentadas de sus efectos a nivel físico y psíquico.





Después del tratamiento con acupuntura hay evidencia de la intensificación de la actividad de células de defensa específicas, los linfocitos y las llamadas células asesinas naturales o NK.

cional China. Esta medicina milenaria busca devolver el equilibrio integral y no sólo tratar el síntoma o la enfermedad que emerge. Desde la medicina china se considera que un órgano no está separado de otro, que un sistema depende de todos los demás. Que los factores psíquicos, emocionales y relacionales, son claves en el mantenimiento de la salud, en la que también cuenta la relación que tenemos con el medio en el que la persona vive, un medio con unas condiciones cada vez más hostiles a las que es difícil adaptarse: contaminación,

agentes químicos, radiación, etc., por citar algunos.

En cuanto a su mecanismo de acción, en diferentes investigaciones se ha encontrado que la acupuntura puede generar múltiples respuestas biológicas locales, es decir en el sitio de aplicación y también a distancia, en órganos y sistemas alejados anatómicamente del sitio de aplicación. Uno de los mecanismos principales es la estimulación del sistema nervioso autónomo¹⁻², también llamado sistema neurovegetativo, que ejerce múltiples efectos en todos nuestros órganos.

¿EN QUÉ PUEDE AYUDAR LA ACUPUNTURA?

1

En efectos secundarios a la quimioterapia

Uno de los efectos más frecuentes y más molestos que se presentan con los tratamientos para el cáncer son las náuseas y vómitos que, sumados a las alteraciones del gusto y del apetito, pueden impedir que haya una correcta nutrición en estas fases, dando lugar a pérdida de peso y a empeorar la sensación de debilidad que frecuentemente relatan los pacientes. Para esto, he encontrado muy



útil la acupuntura, que actúa de manera directa y muy rápida controlando las náuseas.

Además, nos ayuda a mejorar los mecanismos de detoxificación hepática y renal, lo cual es útil para el tratamiento de efectos muy habituales como la dermatitis, el acné, la diarrea y el estreñimiento producidos secundariamente al tratamiento.

Se sabe que uno de los posibles efectos de la quimioterapia, tanto por toxicidad inmediata como por toxicidad tardía, es el descenso de células sanguíneas (glóbulos rojos, plaquetas, glóbulos blancos, entre otros), que está correlacionado directamente con el tipo de fármaco y la dosis aplicada, que son diferentes para cada tipo de cáncer y paciente.

Si desciende el número de glóbulos rojos, tendremos como consecuencia un déficit en la entrega de oxígeno a los tejidos, que se manifestará en síntomas que van desde cansancio, agotamiento, somnolencia hasta dificultad respiratoria. Si es el número de plaquetas el que desciende, tendremos alteraciones en la coagulación sanguínea, y posibilidades de presentar hematomas o hemorragias. Existe evidencia de un aumento significativo del recuento de células sanguíneas después de activar, en varias sesiones, algunos puntos específicos de acupuntura.

También puede descender el número de glóbulos blancos, los cuales forman parte del sistema inmunológico y es-

tán encargados de una de las líneas de defensa. A parte del descenso en número, también puede haber una alteración en su funcionamiento. Pues bien, después del tratamiento con acupuntura hay evidencia de la intensificación de la actividad de células de defensa específicas, los linfocitos y las llamadas células asesinas naturales o NK.

Hablando del sistema inmunológico, se ha encontrado en laboratorio que la acupuntura consigue hacer un efecto modulador induciendo cambios en las interleuquinas (IL), que son unas proteínas capaces de coordinar la respuesta ante posibles agentes agresores para el organismo. Específicamente en las IL1, IL6, IL8, IL10, IL17, y también, en otro elemento clave: el factor de necrosis tumoral alfa (FNT-alfa)³. Todos estos efectos mejoran la respuesta del sistema inmune ante el tumor.

Durante el tratamiento para el cáncer, los pacientes también pueden presentar dolor de cabeza, dolor muscular y dolor abdominal. Y también puede haber dolor tras un procedimiento quirúrgico o por el mismo proceso tumoral. En estos casos, la acupuntura ha demostrado que es una gran herramienta con la que podemos ayudar.

¿Por qué funciona tan bien para el dolor?

En casos de dolor se ha podido comprobar que durante el

tratamiento con acupuntura se liberan péptidos opioides⁴⁻⁵, unas sustancias poderosas en su efecto analgésico producidas por nuestro propio cuerpo, tan potentes en el alivio del dolor como el opio.

Otro fenómeno que ocurre en las sesiones de acupuntura y que potencia su efecto analgésico, es el aumento del flujo sanguíneo en zonas específicas. La falta de oxígeno a nivel de los tejidos es a menudo una causa de dolor. Al estimular determinados puntos de acupuntura se consigue la dilatación de vasos sanguíneos locales, por la acción que se ejerce sobre el sistema neurovegetativo.

Uno de los datos más curiosos que la investigación realizada en animales nos ha revelado es que, más allá de un efecto analgésico, la acupuntura puede realizar un efecto anestésico. Esto lo consigue al estimular unos receptores sensitivos localizados en los músculos, llamados husos neuromusculares. Estos receptores envían señales a la médula espinal y a zonas del cerebro como el mesencéfalo y el sistema hipotálamo-hipofisario, en donde se desencadena la liberación de potentes sustancias: las endorfinas y las encefalinas⁶⁻⁷.

Los nervios periféricos se ven afectados frecuentemente con los tratamientos. Cuando esto ocurre, los pacientes pueden presentar debilidad, entumecimiento, hormigueos o dolores punzantes en territorios neurales o en las manos y/o los pies.

Además, pueden experimentar pérdida de equilibrio y temblores. La acupuntura es de gran ayuda para obtener una mejoría de estos síntomas.

2

En efectos secundarios a la radioterapia

Uno de los efectos secundarios más frecuentes entre los pacientes que reciben tratamiento radioterápico por un cáncer del área de la cabeza y cuello es la *xerostomía* o "boca seca", que consiste en la disminución de la cantidad de saliva que se produce y en la alteración de su composición. Esta situación favorece la proliferación de las levaduras (hongos) de la cavidad oral, alteraciones en el gusto, aparición de caries, grietas y ulceraciones por sequedad, dificultades en la masticación y deglución, con agravamiento de posibles carencias nutricionales.

Esto ocurre por irradiación directa de las glándulas salivares y se considera que continúa progresando hasta seis u ocho meses tras la radioterapia, con lo que los síntomas también continúan acentuándose. Existen estudios que avalan la utilidad de la acupuntura para esta complicación y en la práctica clínica existe mucha evidencia de su efectividad.

3

En los efectos psicoemocionales

El diagnóstico mismo, la incertidumbre, los efectos de los

Puedes vivir esta etapa sintiendo que tú y todo el equipo médico estáis trabajando por tu bienestar. La acupuntura, como parte del acompañamiento integral que puede brindarte la medicina integrativa, puede ayudarte a conseguirlo.

tratamientos, los cambios forzados en los hábitos de vida generan en el paciente una montaña rusa de sentimientos, emociones y pensamientos en los que requiere apoyo. A través de la acupuntura se pueden movilizar recursos internos que permitan a la persona adaptarse mejor.

¿ES SEGURA Y COMPATIBLE LA ACUPUNTURA?

La acupuntura, considerada patrimonio de la humanidad por la UNESCO, es una técnica segura, cuando es realizada por profesionales que sabrán valorar a la persona y elegir el tratamiento más adecuado.

No interfiere con los tratamientos que esté siguiendo el paciente.

Es incluso muy bien aceptada y tolerada por niños, o por personas que no quieren más pinchazos, en quienes puede realizarse con láser en vez de agujas.

MARÍA DEL PILAR SALAZAR
CATAÑO

Médica y cirujana

Referencias

- 1.- Lao L, Zhang G, Wei F, et al.: *Electro-acupuncture attenuates behavioral hyperalgesia and selectively reduces spinal Fos protein expression in rats with persistent inflammation*. J Pain 2 (2): 111-7, 2001.
- 2.- Zijlstra FJ, van den Berg-de Lange I, Huygen FJ, et al.: *Anti-inflammatory actions of acupuncture*. Mediators Inflamm 12 (2): 59-69, 2003.
- 3.- Petti FB, Liguori A, Ippoliti F: *Study on cytokines IL-2, IL-6, IL-10 in patients of chronic allergic rhinitis treated with acupuncture*. J Tradit Chin Med 22 (2): 104-11, 2002.
- 4.- He CJ, Gong KH, Xu QZ, et al.: *Effects of microwave acupuncture on the immunological function of cancer patients*. J Tradit Chin Med 7 (1): 9-11, 1987.
- 5.- Mayer DJ: *Biological mechanisms of acupuncture*. Prog Brain Res 122: 457-77, 2000.
- 6.- Han JS: *Acupuncture: neuropeptide release produced by electrical stimulation of different frequencies*. Trends Neurosci 26 (1): 17-22, 2003.
- 7.- Berman B: *A 60-year-old woman considering acupuncture for knee pain*. JAMA 297 (15): 1697-707, 2007.

Bibliografía adicional

Acupuntura (PDQ®)–Versión para profesionales de salud publicado por el Instituto Nacional del Cáncer del gobierno de Estados Unidos. Las pautas se publicaron en inglés en la edición número 50 de una monografía en especial del Boletín del Instituto Nacional del Cáncer: *Clinical Practice Guidelines on the Use of Integrative Therapies as Supportive Care in Patients Treated for Breast Cancer* (Pautas de práctica clínica sobre el uso de terapias integrales como tratamiento de apoyo en pacientes que reciben tratamiento del cáncer de mama).

Recomendaciones de la Sociedad Española de Oncología acerca de la acupuntura: www.google.es