

La Acupuntura: Una Terapia Efectiva e Integral Para la Fibromialgia

Ivan Figueroa-Otero MD FAAMA 787-728-6032

I. Introducción: La fibromialgia es una enfermedad crónica que se caracteriza por dolor musculoesquelético generalizado, con una exagerada hipersensibilidad (alodinia e hiperalgesia) en múltiples áreas corporales y puntos predefinidos ("tender points"), sin alteraciones orgánicas demostrables. Se relaciona con una gran variedad de síntomas, entre los que se destacan la fatiga persistente y el sueño no reparador. Además suele coexistir con otros trastornos reumáticos y psiquiátricos. Hasta ahora no se ha establecido su causa. Debido a que tiene síntomas comunes con otras condiciones reumáticas y emocionales, establecer el diagnóstico definitivo y escoger la terapia correcta no es un proceso fácil para el médico. Por la falta de evidencia clínica en estos casos los pacientes se sienten abandonados por la profesión médica.

La falta de un diagnóstico claro no permite un plan terapéutico efectivo en estos pacientes, quienes terminan utilizando un gran número de analgésicos y fármacos antidepresivos en su búsqueda de alivio. El paciente se siente en un limbo donde no sabe si su condición es mayormente emocional o física. Los únicos hallazgos que han tenido una explicación al cuadro de dolor sugieren una hipersensibilidad en los terminales nerviosos asociados con la percepción de dolor, y basado en esto se han desarrollado varios fármacos potentes para su tratamiento. Pero en general, el alivio de la complejidad de síntomas de esta condición ha sido un fracaso.

II. La acupuntura tradicional china es una terapia esperanzadora para esta condición.

En la medicina tradicional china la enfermedad se clasifica integrando los desequilibrios causantes de síntomas basados en alteraciones de estilos de vida (alimentarios, actividad física, niveles de estrés). Esta clasificación le permite al terapeuta diseñar un plan terapéutico más compatible con el complejo grupo de síntomas de la fibromialgia. La efectividad demostrada en los estudios sobre el tratamiento dentro de la medicina tradicional china, donde se disminuye la intensidad del dolor y se mitigan los síntomas emocionales simultáneamente, lo convierte en una de las terapias más efectivas disponibles para estos pacientes.

La terapia de la medicina tradicional china le permite al médico y al paciente disminuir la dependencia de fármacos y sus efectos tóxicos asociados. Uno de los problemas más difíciles que los doctores afrontan es poder guiar a los pacientes por un sendero de recuperación donde se sientan apoyados en

todo momento por los diferentes miembros del equipo terapéutico, sin promover la dependencia farmacológica permanente.

III. El factor emocional: uno de los más importantes en el desarrollo de la condición.

Tanto al médico moderno como al paciente se les hace muy difícil entender la conexión entre las emociones y los síntomas físicos que vemos en la condición de fibromialgia. Según la visión de la medicina tradicional china, los eventos emocionales son patógenos tan reales como golpes físicos sobre el organismo. Estos eventos pueden tener efectos residuales subconscientes en la memoria tales como cicatrices energéticas, que interrumpen la circulación de la energía en los meridianos de acupuntura, que recorren todas las partes del cuerpo y sus órganos. Estos eventos grabados en nuestro subconsciente nos dejan saber sobre su existencia con síntomas físicos y mentales que se manifiestan como alarmas, o como cabos sueltos de nuestro pasado. Estos eventos pueden ser recuerdos de divorcios, maltrato conyugal y laboral y pérdidas de seres queridos. Estos eventos pueden generar culpa, vergüenza y coraje que activan síntomas por el sistema nervioso autónomo, tales como ataques de pánico, insomnio, ansiedad, tristeza y por supuesto dolores en todo el cuerpo.

IV. El Efecto Integral de la Acupuntura en el Cuadro Clínico.

Según mi visión terapéutica de la acupuntura los tres componentes de la persona son el cuerpo, mente-emociones y el espíritu, en diferentes frecuencias energéticas enlazadas por los meridianos de acupuntura. Los efectos al tratar las partes del cuerpo afectadas reconectan la mente y las emociones con nuestra parte espiritual, promoviendo el bienestar integral de todo el organismo. En mi libro *Espiritualidad 103, La Clave del Perdón*, explico que la forma de sanar todas esas emociones reprimidas por la culpa es el perdón, y explico los ejercicios que han sido tan efectivos con mis pacientes.

Los efectos analgésicos de la acupuntura en esta condición han resultado ser los mas efectivos de cualquier régimen terapéutico conocido actualmente.