



Revista Internacional de  
**Acupuntura**

www.elsevier.es/acu



## Original

# Efectividad de una intervención de acupuntura con vasos maravillosos en los sofocos durante el climaterio



Carmen Hernández Escriche<sup>a,\*</sup>, Francesca Gili<sup>b</sup> y Sonia Fernández Molero<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Enfermería familiar y comunitaria, Centro de Atención Primaria Can Bou, Consorci Castelldefels Agents de Salut d'Atenció Primària, Castelldefels, Barcelona, España

<sup>b</sup> Medicina Interna, Servicio de enfermedades infecciosas, Hospital de Bellvitge, ICS, Barcelona, España

### INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

#### Historia del artículo:

Recibido el 23 de agosto de 2018

Aceptado el 31 de agosto de 2018

On-line el 14 de septiembre de 2018

#### Palabras clave:

Sofocos

Acupuntura

Vasos maravillosos

### R E S U M E N

**Objetivo:** Evaluar la efectividad de la acupuntura en los sofocos del climaterio con un tratamiento basado en vasos maravillosos.

**Diseño:** Estudio observacional, longitudinal, descriptivo de una serie de casos.

**Emplazamiento:** El estudio se llevó a cabo en el Centro de Atención Primaria Can Bou, Castelldefels.

**Participantes:** El estudio incluyó 9 mujeres de entre 47 y 56 años de edad y en el climaterio. Como criterio de inclusión se tuvo en cuenta que manifestaran un episodio de sofoco como mínimo en 15 días. Se excluyeron pacientes en tratamiento hormonal sustitutivo activo o en el último mes.

**Intervenciones:** Se realizó un tratamiento de acupuntura basado exclusivamente en vasos maravillosos. La recogida de datos se realizó entre los meses de abril y mayo de 2017 mediante un registro diario los 15 días previos al tratamiento, durante las 3 semanas que duró el tratamiento y los 15 días posteriores al último.

**Mediciones principales:** Las variables principales de estudio fueron: número de sofocos y su intensidad. Como variables secundarias se tuvieron en cuenta los posibles síntomas secundarios al climaterio.

**Resultados:** El 88,8% registró una mejoría significativa de los sofocos a partir del primer tratamiento. Un 33,3% presentó la resolución completa.

**Conclusiones:** Los resultados obtenidos evidencian la efectividad de la acupuntura en los sofocos del climaterio y justifica la necesidad de abrir nuevas líneas de investigación, con la posibilidad de incrementar el poder estadístico de los resultados.

© 2018 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

\* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [chescriches@hotmail.com](mailto:chescriches@hotmail.com) (C. Hernández Escriche).  
<https://doi.org/10.1016/j.acu.2018.08.001>

1887-8369/© 2018 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

## Effectiveness of an acupuncture intervention with extraordinary vessels in hot flushes in the menopause

### A B S T R A C T

#### Keywords:

Hot flushes  
Acupuncture  
Miraculous vessels

**Objective:** To evaluate the effectiveness of acupuncture on hot flushes in menopause with treatment based of the miraculous vessels.

**Design:** An observational, longitudinal, descriptive study on a series of cases.

**Setting:** The study was conducted in the Can Bou Primary Care Centre, Castelldefels (Barcelona).

**Participants:** The series consisted of 9 women between 47 and 56 years of age in the menopause. As an inclusion criterion, they had have had one hot-flush episode at least in 15 days. Patients on active hormone replacement treatment or in the last month were excluded.

**Interventions:** An acupuncture treatment was performed based exclusively on the miraculous vessel. The data was collected between the months of April and May 2017 using a daily record of the 15 days prior to the treatment, for the 3 weeks that the treatment lasted, and for the 15 days after the last treatment.

**Main measurements:** The main variables were: number of hot flushes and their intensity. As secondary variables, any symptoms secondary to the menopause were taken into account.

**Results:** The large majority (88.8%) had recorded a significant improvement in the hot flushes from the first treatment. One-third (33.3%) of patients had a complete resolution.

**Conclusions:** The results obtained demonstrate the effectiveness of acupuncture in the hot flushes of menopause. They also justify the need to open new lines of research, with the possibility of increasing the statistical power of the results.

© 2018 Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

## Introducción

Durante el climaterio, las mujeres pueden presentar una gran variedad de síntomas, aunque solo los síntomas vasomotores, vasogales y los problemas de sueño se asocian directamente con la transición a la menopausia.

Los sofocos, en particular, constituyen el síntoma que según su intensidad, frecuencia y duración puede afectar de forma importante la calidad de vida de la mujer. Se trata de una repentina sensación de calor que generalmente es más intenso en la cara, el cuello y el pecho. Su duración es variable, pero el promedio se sitúa alrededor de los 4 min. A menudo se acompaña de sudoración profusa, que suele ir seguida de un escalofrío. La prevalencia del sofoco es máxima en la transición a la menopausia tardía y ocurre aproximadamente en el 65% de las mujeres, y en la mayoría de ellas es un síntoma transitorio. Del 30 al 50% de las mujeres mejoran esta sintomatología en los primeros meses, y estos se resuelven por completo en 4 o 5 años en el 85-90%. Sin embargo, por razones poco claras, del 10 al 15% de las mujeres siguen teniendo sofocos por muchos años después de la menopausia<sup>1</sup>.

La mayoría de los protocolos médicos apoyan el uso de la hormonoterapia para el tratamiento de los sofocos en la menopausia. Sin embargo, la terapia sustitutiva no se puede considerar exenta de riesgos y efectos adversos<sup>2-4</sup> y, sobre todo en mujeres con factores de riesgo específicos para cáncer de mama, su uso es controvertido<sup>5,6</sup>. Por estas razones, cada vez más profesionales y pacientes empiezan a mirar con interés a otras opciones terapéuticas como la acupuntura, abordando el problema de manera holística y con

el respaldo de numerosos estudios que avalan la efectividad de esta técnica, no solo en el tratamiento de los síntomas vasomotores asociados a la menopausia sino también en la mejoría global de la calidad de vida de las pacientes<sup>7,8</sup>.

Numerosos estudios relacionan los síntomas vasomotores característicos del climaterio, bochornos y sudoración nocturna, con síndromes específicos de la Medicina Tradicional China (MTC): deficiencia de Yin de Riñón, deficiencia de Yin de Hígado y desarmonía entre Corazón y Riñón<sup>9</sup>. La deficiencia de Yin provocaría ascensos y fugas de Yang, cuya manifestación clínica son los sofocos y la sudoración nocturna. Por lo tanto, su tratamiento suele estar basado en la estimulación de puntos relacionados con nutrir el Yin de los órganos afectados.

Por otro lado, un agotamiento de las energías de los meridianos Renmai y Chongmai conlleva a una falta de flujo sanguíneo y de energía Yin a los órganos reproductores, por lo que también puede ser la causa de la sintomatología vasomotora. Los clásicos ya lo relacionaron en el Canon interno de la medicina china del Emperador Amarillo, en el Su Wen, donde se describe la vida de la mujer según un ciclo de 7 años y se explica que a los 49 años la energía de la Sangre, del Renmai y del Chongmai se agotan, las reglas cesan, las hormonas se agotan y en breve sucede la menopausia<sup>10</sup>.

Los meridianos extraordinarios reciben su energía del Riñón, todos contienen la Esencia que está almacenada en este y la distribuyen por todo el cuerpo. Actúan como canales de reserva de la energía, y pueden absorber tanto la energía "sobrante" de los meridianos principales como transmitírsela cuando sea necesario. Concretamente, el Chongmai y el Renmai están directamente relacionados con el útero, y regulan

**Tabla 1 – Tratamiento realizado durante la intervención de estudio**

Tratamiento	Explicación
Lieque 7 P derecho	Punto abertura <i>Renmai</i>
Zhaohai 6 R izquierdo	Punto acoplado de 7 P y punto abertura <i>Yinqiao</i>
Gongsun 4 B derecho	Punto abertura <i>Chongmai</i>
Neiguan 6 PC izquierdo	Punto acoplado 4 B y punto abertura <i>Yinwei</i>
Zhongji 3 Ren + Zhongwan 12 Ren + Shanzhong 17 Ren	Puntos de tratamiento del canal de <i>Renmai</i>

la menstruación, la fertilidad, la concepción, el embarazo, el parto y como no, la menopausia; se originan directamente en el Riñón junto con el *Dumai* y su recorrido transcurre a través del útero<sup>11</sup>.

El *Chongmai* es conocido como el “Mar de la Sangre” o “Mar de los 12 canales” y es el vaso que conecta el Qi del Cielo Anterior con el Qi del Cielo Posterior debido a su conexión con Riñón y Estómago; con respecto a la menstruación, esta controla la sangre y puede usarse para dispersar el Qi y la Sangre y así eliminar obstrucciones<sup>11</sup>.

El *Renmai* también se llama “Mar de los Meridianos Yin”, ya que ejerce influencia en todos los meridianos Yin del cuerpo, por lo que resulta particularmente útil para nutrir el Yin de las mujeres después de la menopausia, y también tonifica la Sangre. De esta forma ayuda a eliminar los síntomas de calor por insuficiencia de Yin como sudoración nocturna, sofocos, sensación de calor, irritabilidad, inquietud mental, sequedad, vértigo, acúfenos, insomnio, etc.<sup>11</sup>.

Según la Dra. Radha Thambirajah, cuando se presenta simultáneamente una falta de Yin en Riñón, Hígado y Corazón, situación energética que puede suceder en el climaterio, sería demasiado tonificar cada órgano de forma individual; sin embargo, si se tonifica el *Renmai* pueden tratarse a la vez con eficacia todos los órganos afectados por dicho estado energético<sup>12</sup>.

Pese a la relación que se establece entre los síntomas vasomotores de la menopausia y la función del *Renmai* y el *Chongmai*, y que algunas experiencias reportadas en la bibliografía<sup>13</sup> sugieran la utilidad de enfocar el tratamiento de este síndrome en los vasos maravillosos, a día de hoy, no se dispone de estudios basados en el tratamiento exclusivo de estos 2 meridianos.

*Renmai* y *Chongmai* están profundamente implicados en los ciclos hormonales y menstruales femeninos. Los sofocos se deben a una deficiencia de Yin que a menudo afecta a varios órganos, y el *Renmai* es el principal almacenador y transportador de energía Yin. Por estas razones, nos realizamos la siguiente pregunta de investigación: ¿el tratamiento de acupuntura basado en la punción exclusiva de los vasos maravillosos *Renmai* y *Chongmai* resulta efectiva ante los sofocos del climaterio? Creemos que evaluar un tratamiento dirigido al control de los sofocos de la menopausia mediante la estimulación exclusiva de estos 2 meridianos podría representar una estrategia efectiva y profunda, ya que abordaría el problema desde su raíz, simplificada y fácilmente reproducible.

## Material y método

### Hipótesis

El tratamiento de los vasos maravillosos *Renmai* y *Chongmai* mediante la estimulación de sus puntos de abertura/acoplado,

añadiendo 3 puntos del canal *Renmai* (se seleccionó uno por recalentador), mejora de manera significativa los sofocos en el contexto del climaterio con 3 sesiones de tratamiento como máximo.

### Objetivo principal

Evaluar la efectividad de la acupuntura en los sofocos del climaterio con un tratamiento basado exclusivamente en los vasos maravillosos.

### Objetivo específico

Determinar cuántos tratamientos de acupuntura son necesarios para observar resultados significativos con respecto al número e intensidad de sofocos.

### Metodología

Se trata de un estudio observacional, longitudinal, descriptivo de una serie de casos formado por 9 mujeres, de entre 47 y 58 años, 5 de ellas con la menopausia establecida y 4 en perimenopausia, a las que se les realiza un tratamiento de acupuntura basado exclusivamente en vasos maravillosos. El estudio se desarrolló en el Centro de Atención Primaria Can Bou del Consorci Castelldefels Agents de Salut d'Atenció Primària. Las pacientes se seleccionaron mediante una técnica de muestreo no probabilística de conveniencia (por interés del investigador y disponibilidad de las pacientes).

Como criterio de inclusión se tuvo en cuenta que manifestaran 1 episodio de sofoco como mínimo en 15 días. Se excluyeron pacientes en tratamiento hormonal sustitutivo activo o en el último mes.

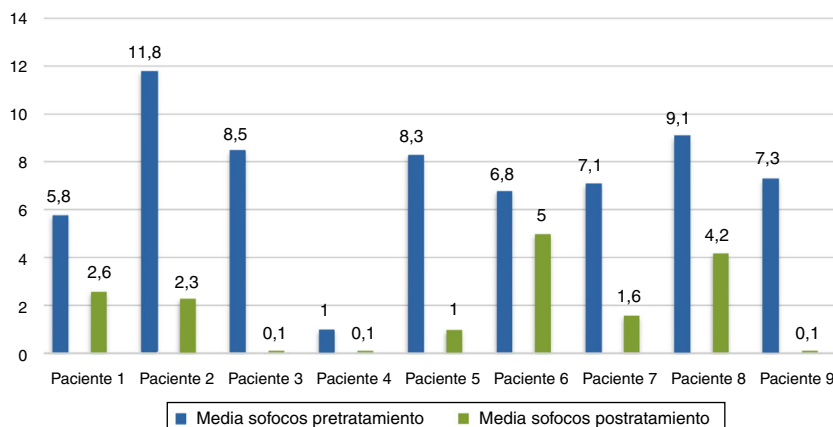
La intervención constó de una sesión semanal durante 3 semanas, con un total de 3 sesiones en las que se realizó el tratamiento que se muestra en la [tabla 1](#).

La recogida de datos se realizó mediante un registro diario de sofocos, en el que se registraron la hora en que se producían y la intensidad (leve, moderada e intensa). Este registro se realizó los 15 días previos al tratamiento, durante las 3 semanas que duró el tratamiento y los 15 días posteriores al último. Del mismo modo, en la primera visita se registraron las variables sociodemográficas, así como las variables secundarias de salud acordadas por el equipo investigador y relacionadas con posibles síntomas secundarios al climaterio y con la condición energética que conlleva según la MTC descrita más adelante. En la primera visita se realizó una entrevista en la que se recogieron datos epidemiológicos y clínicos, tanto desde la perspectiva de la medicina occidental como desde la MTC basándonos en las 5 fases. En cada control se valoró el estado general del paciente, la lengua y los pulsos.

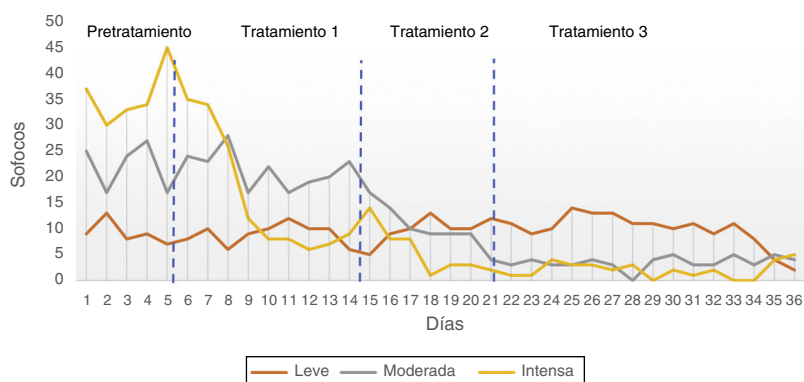
**Tabla 2 – Características epidemiológicas y clínicas de las mujeres de estudio**

Paciente	Edad	Consumo de tabaco	Última regla	Embarazos	Cicatriz abdominal	Tratamiento hormonal*	Alteración de la libido	Dispareunia	Dificultad para conciliar el sueño	Astenia	Estreñimiento	Sudoración nocturna
1	58	No	2009	0	No	No	No	No	Sí	No	Sí	Sí
2	52	Sí	2010	1	Sí	Sí	No	No	No	Sí	Sí	Sí
3	45	No	2015	1	Sí	Sí	Si	No	Sí	Sí	No	Si
4	45	Sí	2016	0	No	No	Si	No	No	Sí	No	Sí
5	54	No	2014	1	Sí	Sí	Sí	No	Sí	Sí	Sí	Sí
6	47	Sí	2015	1	No	Sí	Sí	No	Sí	Sí	No	Sí
7	40	No	2016	0	No	Sí	Sí	No	Sí	Sí	No	Sí
8	56	No	2012	2	Sí	No	Sí	No	Sí	No	No	Sí
9	47	Sí	2016	1	No	No	No	No	Sí	Sí	No	Sí

\* Cualquier tratamiento hormonal como mínimo un mes antes al tratamiento: anticonceptivo, sustitutivo, de fecundación, etc.



**Figura 1 – Media de sofocos en relación con el tratamiento por participante en el estudio.**



**Figura 2 – Media de intensidad de sofocos en relación con el tratamiento.**

Se realizó un análisis descriptivo mediante el programa estadístico SPSS para analizar las diferentes variables y la relación que hay entre estas.

## Resultados

Tras un análisis descriptivo de los datos se incluyó un total de 9 mujeres en el estudio, 5 con menopausia ya establecida y 4 en perimenopausia.

Los datos epidemiológicos y clínicos más importantes se resumen en la [tabla 2](#). Los síntomas asociados a los sofocos más frecuentes fueron la sudoración nocturna, el cansancio y las alteraciones del sueño. Cabe subrayar que 4 mujeres presentaban cicatriz abdominal horizontal por cesárea o histerectomía.

La media de los sofocos en relación con el tratamiento se representa en la [figura 1](#). Cabe destacar que un 88,8% de las mujeres ha registrado una mejoría significativa de los sofocos, tanto en número como en intensidad de los eventos, y un 33,3% presentaron una resolución completa con desaparición de los sofocos en su totalidad. La media de la intensidad de los sofocos en relación con el tratamiento se representa en la [figura 2](#).

A pesar de que a partir del primer tratamiento ya se observaron reducciones en el número de sofocos de las participantes, los resultados concluyeron que el número

necesario de tratamientos para observar resultados significativos son 3.

Una paciente presentó mejoría significativa después del primer tratamiento y posterior recrudescencia de la clínica, a pesar de los tratamientos en el contexto de acontecimientos familiares graves e inesperados.

## Conclusiones

Este estudio ha obtenido resultados positivos y prometedores, trabajando desde un enfoque diferente a lo que la bibliografía describe. Excepto una paciente, todas las pacientes tratadas registraron una mejoría significativa de los sofocos. Un tercio de las pacientes refirió la desaparición completa de los sofocos.

La principal limitación de nuestro estudio es la que conlleva el propio diseño. Se trata de una serie de casos con una muestra que no nos permite generalizar ni extrapolar los resultados. Otra limitación ha sido el período de 15 días de seguimiento postratamiento, que no permite evaluar la efectividad a largo plazo del tratamiento, así como la eventual necesidad de sesiones de tratamiento añadidas y de refuerzo.

En conclusión, y a partir de los resultados obtenidos, consideramos interesante abrir nuevas líneas de investigación con muestras más grandes que ayuden a ampliar el poder

estadístico de nuestros resultados acompañados de un período de seguimiento más prolongado.

---

### Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

---

### Agradecimientos

Dirigir este estudio en forma de gratitud a Isabel Giralt, por compartir sus conocimientos sobre MTC en el Máster de Acupuntura de la Universidad de Lleida, y al Centro de Atención Primaria Can Bou, por las facilidades prestadas para llevar a cabo dicho estudio.

---

### BIBLIOGRAFÍA

- Alonso-Coello P, Marzo-Castillejo M, Ribes M, Delgado A, Coutado A, Gutiérrez B. Guía de práctica clínica sobre menopausia y postmenopausia: tratamiento de los síntomas vasomotores y vaginales (parte 1) Aten Primaria. 2005;36: e1-8.
- Anderson GL, Limacher M, Assaf AR, Bassford T, Beresford SA, Black H, et al. Women's Health Initiative Steering Committee. Effects of conjugated equine estrogen in postmenopausal women with hysterectomy: the Women's Health Initiative randomized controlled trial. *JAMA*. 2004;291:1701-12.
- Beral V, Bull D, Reeves G. Million Women Study Collaborators. Endometrial cancer and hormone-replacement therapy in the Million Women Study. *Lancet*. 2005;365:1543-51.
- Smith DC, Prentice R, Thompson DJ, Herrmann WL. Association of exogenous estrogen and endometrial carcinoma. *N Engl J Med*. 1975;293: 1164-7.
- Glass AG, Lacey JV Jr, Carreon JD, Hoover RN. Breast cancer incidence, 1980-2006: combined roles of menopausal hormone therapy, screening mammography, and estrogen receptor status. *J Natl Cancer Inst*. 2007;99: 1152-61.
- Sprague BL, Trentham-Dietz A, Remington PL. The contribution of postmenopausal hormone use cessation to the declining incidence of breast cancer. *Cancer Causes Control*. 2011;22:125-34.
- Borud EK, Alraek T, White A, Fonnebo V, Eggen AE, Hammar M, et al. The Acupuncture on Hot Flushes Among Menopausal Women (ACUFLASH) study, a randomized controlled trial. *Menopause*. 2009;16:484-93.
- Kim KH, Kang KW, Kim DI, Kim HJ, Yoon HM, Lee JM, et al. Effects of acupuncture on hot flashes in perimenopausal and postmenopausal women—a multicenter randomized clinical trial. *Menopause*. 2010;17:269-80.
- Conghuo T. 101 enfermedades tratadas con acupuntura y moxibustión. Beijing: Ediciones en Lenguas Extranjeras; 2003. p. 144-6.
- García J, Su Wen. Canon de medicina interna del emperador amarillo (preguntas sencillas). Madrid: JG Ediciones; 2005.
- Maciocia G. Los Fundamentos de la Medicina China. Móstoles: Gaia Ediciones; 2015. p. 939-45.
- Thambirajah R. Acupuntura energética. Barcelona: Elsevier Masson; 2008. p. 105.
- Palomo A. Tratamiento de un caso de insuficiencia ovárica precoz mediante acupuntura y farmacopea. *Rev Int Acupuntura*. 2011;5:62-4.