



Revista Internacional de
Acupuntura

www.elsevier.es/acu



Formación continuada

Enfoque y manejo con acupuntura de los trastornos del sueño desde la perspectiva interpretativa de la Medicina Tradicional China, en mujeres que se encuentran en la transición menopáusica



Andrea Carolina Forero Ozer^{a,*}, Manuel Esteban Mercado Pedroza^b
y Mauricio Ángel Macías^c

^a Maestría en Medicina Alternativa con énfasis en Medicina Tradicional China y Acupuntura, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia

^b Departamento de Ginecología y Obstetricia, Maestría en Medicina Alternativa, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia

^c Maestría en Medicina Alternativa, Maestría Área de Medicina Tradicional China y Acupuntura, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 8 de febrero de 2016

Aceptado el 4 de abril de 2016

On-line el 28 de abril de 2016

Palabras clave:

Insomnio

Menopausia

Tratamiento

Acupuntura

Medicina Tradicional China

R E S U M E N

Los trastornos del sueño en la transición menopáusica forman parte de los síntomas referidos por las mujeres como aquellos que afectan a su calidad de vida. La medicina convencional posee herramientas terapéuticas con buenos resultados, pero todavía presenta dificultades en el mantenimiento a largo plazo sin efectos adversos derivados. La Medicina Tradicional China, desde su interpretación de la fisiología femenina, ofrece una lógica terapéutica a través de la acupuntura, cimentada en el enfoque sindrómico o integral. La Deficiencia de *Jing* con sus componentes *Yin* y *Yang* de Riñón, los síndromes complejos de Riñón, Corazón e Hígado y los síndromes de Exceso dados por Estancamiento y Flema; se relacionan estrechamente con los trastornos del sueño en la transición menopáusica. El adecuado enfoque terapéutico del acupuntor y la claridad teórica al respecto pueden mejorar notablemente el patrón de sueño en estas mujeres y dar lugar a futuras investigaciones primarias.

© 2016 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: acforerof@unal.edu.co (A.C. Forero Ozer).

<http://dx.doi.org/10.1016/j.acu.2016.04.001>

1887-8369/© 2016 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

Approach and management of sleep disorders from the interpretative perspective of Traditional Chinese Medicine in women experiencing menopausal transition

A B S T R A C T

Keywords:

Insomnia
Menopause
Treatment
Acupuncture
Traditional Chinese Medicine

Sleep disorders in menopausal transition are part of the symptoms reported by women such as those affecting their quality of life. Conventional medicine has therapeutic tools with good results, but still presents difficulties in maintaining these results in the long term without adverse effects. Traditional Chinese Medicine, from its interpretation of female physiology, provides a therapeutic logic through acupuncture, grounded in comprehensive syndromic approach. *Jing* Deficiency with Kidney Yin and *Yang* components, complex syndromes of Kidney, Heart and Liver and Excess syndromes specified as Stagnation and Phlegm are closely related to sleep disorders in menopausal transition. The acupuncturist's appropriate therapeutic approach and theoretical clarity about it will lead to significantly improve sleep patterns in these women and give way to future primary researches.

© 2016 Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

Introducción

Los trastornos del sueño junto a la sequedad vaginal y las oleadas de calor forman parte de la sintomatología que aqueja y afecta de manera importante a la calidad de vida de las mujeres que se encuentran en la menopausia y el climaterio¹⁻³. Se estima que, en general, los trastornos del sueño se incrementan un 20% si se comparan los casos reportados de mujeres en edad reproductiva en contraposición con mujeres en la menopausia, encontrando además una demanda mayor en los servicios de salud por la asociación elevada de las alteraciones del sueño y otras enfermedades crónicas no transmisibles⁴.

Actualmente, a la luz de estudios primarios con un grado de evidencia significativo, se ha logrado establecer la relación riesgo-beneficio de la terapia hormonal para su recomendación clínica actual en la medicina convencional como uno de los pilares terapéuticos efectivos en el control de las oleadas de calor y los síntomas de sequedad vaginal, no siendo así en el tratamiento de los trastornos del sueño^{2,5}. En lo referente a dichos trastornos, se encuentran aprobados diversos medicamentos hipnóticos, moduladores del comportamiento y el estado de ánimo que, por sus efectos farmacológicos, han mostrado tener un efecto positivo en la mejoría del patrón de sueño^{2,6}. Sin embargo —tanto para la terapia hormonal como para los medicamentos aprobados para el tratamiento de síntomas mentales en la menopausia— en la bibliografía se reportan efectos adversos con el uso crónico de dichas terapias, dando paso a la consideración de riesgo para ciertos grupos grandes de pacientes^{1,7-9}.

Menopausia y trastornos del sueño, definiciones desde la medicina convencional

La menopausia y el climaterio

La menopausia es el último período del ciclo reproductivo de la mujer y marca el cese de la función cíclica del ovario. La transición a la menopausia es un proceso fisiológico complejo, a

menudo acompañado de los efectos adicionales del envejecimiento y la adaptación social. Así pues, es el resultado de la reducción de la secreción de las hormonas ováricas (estrógenos y progesterona) que promueve el cese de la menstruación y el diagnóstico se considera tras 12 meses de amenorrea no asociada a una causa patológica^{10,11}.

Por su parte, el síndrome climatérico (climaterio) hace referencia a la etapa de transición que ocurre entre la madurez reproductiva y la pérdida de la función ovárica. Se caracteriza por cambios metabólicos y hormonales y el más importante es la deficiencia de estrógenos. En esta etapa comienzan las manifestaciones clínicas (p. ej., cambios vasomotores, insomnio, irritabilidad, pérdida de turgencia en piel y mucosas) indicativas de que se aproxima la menopausia¹².

Actualmente, el abordaje médico integral de la mujer respecto a las etapas de la vida y la salud femenina se divide en 3: etapa reproductiva, transición menopáusica y posmenopausia. Los síntomas característicos de la transición menopáusica son: irregularidad menstrual, oleadas de calor, trastornos del sueño y sudoración nocturna¹⁰. Por tanto, esta etapa se solapa con el síndrome climatérico (descrito tanto en la medicina convencional como en la MTC) y con la perimenopausia (descrita en la medicina convencional).

Se han realizado varios estudios con el fin de determinar la asociación entre los trastornos del sueño y la transición menopáusica, pues aunque es un síntoma frecuentemente referido, la relación entre los cambios hormonales y la variedad de presentación de las alteraciones del sueño en mujeres menopáusicas dificulta la asociación directa^{13,14}. Sin embargo, con la evidencia disponible actualmente, factores como los cambios en la producción hormonal del eje hipotálamo-hipófisis-ovario —entre los que se encuentran: la relación entre la disminución de estrógenos y la producción de melatonina y los cambios en el patrón de sueño; los trastornos respiratorios durante el sueño, en ocasiones infradiagnosticados; los síntomas vasomotores de presentación nocturna, que forman parte de los síntomas producidos por el cese de la función ovárica; los trastornos comórbidos como ansiedad y depresión, y los estímulos estresantes de la vida diaria— se

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/3102282>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/3102282>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)