

Journal of Traditional Chinese Medicine 22 (4). 276-277, 2002

Observación clínica de 42 casos de insomnio refractario tratado mediante la acupresión

Zhang, Qing Ping, Anhui TCM College, Hefei 230038, Anhui Province

En los últimos años el autor ha tratado 42 casos de insomnio refractario (con un historial de más de 2 años) mediante la acupresión, consiguiendo unos resultados bastante satisfactorios en comparación con pacientes tratados con *Clonazepam*.

Datos generales

Los 78 casos que se habían presentado en nuestro hospital principalmente por padecer insomnio y habían sido tratado anteriormente sin éxito, tenían que tomar somníferos potentes para conciliar el sueño. 42 casos pertenecían al grupo terapéutico y 36 casos al grupo de control. El grupo terapéutico se constituía de 19 varones y 23 mujeres, de edades comprendidas entre los 22 y 76 años, con un historial que oscilaba entre los 2,5 y 15 años. El grupo de control estaba formado de 15 varones y 21 mujeres, de edades comprendidas entre los 23 y 75 años, con un historial variando entre los 2 y 21 años.

Métodos terapéuticos

En el grupo terapéutico: Se seleccionaba como puntos principales los puntos auriculares *Shenmen*, *Occipucio* y *Corazón*. Para pacientes que manifestaban cefalea y vértigo se añadía *Endocrino* e *Hígado*; en caso de acúfenos, *Riñón* y *Cerebro* y para la astenia se añadía *Bazo* y *Estómago*.

Manipulaciones: Después de la desinfección habitual de la aurícula, se fijaban unas semillas de *Vaccaria segetalis* en los puntos seleccionados, mediante unos esparadrapos de almizcle para quitar el dolor (tamaño de 0,6 cm x 0,6 cm). En cada tratamiento se tenía que utilizar todos los puntos princi-

pales, mientras que se elegía los puntos coadyuvantes según la sintomatología. Se sustituía las semillas y los parches cada dos días, alternando cada vez la aurícula. Durante el tratamiento se tenían que presionar los puntos 3 a 4 veces al día, durante 5 a 10 minutos hasta que la aurícula se ponía roja. Además se tenía que aplicar otra presión adicional antes de acostarse. 15 tratamientos formaron un ciclo terapéutico. Para concluir la observación clínica se realizaban dos ciclos.

En el grupo de control: Durante tres semanas se administraba cada día 1 a 2 píldoras de *Clonazepam* vía oral antes de acostarse.

Durante la realización del estudio se suspendía cualquier medicación adicional que pudiera sedar al paciente.

Criterios para los efectos terapéuticos

Para evaluar los efectos terapéuticos en este estudio se atenia a los criterios establecidos según los "Guiding Principles for Clinical Research on Insomnia Treated with New Chinese Medicines."

Curación clínica: Desaparición de los síntomas clínicos, más de 6 horas de sueño profundo cada noche con sensación de vitalidad, ausencia de recaídas durante los siguientes seis meses.

Notable mejoría: Notable alivio del insomnio con 5 horas de sueño no interrumpido cada noche o un incremento de más de 3 horas de sueño con sueño más profundo.

Mejoría: Alivio del insomnio con un incremento de menos de 3 horas de sueño.

Fracaso: Ninguna mejoría del insomnio con menos de 3 horas de sueño cada noche.

Resultados terapéuticos

Los resultados terapéuticos están reflejados

en la siguiente tabla. Había una diferencia significativa en cuanto al porcentaje total de eficacia entre los dos grupos ($P < 0,05$), lo que indica que el efecto terapéutico era mejor en el grupo terapéutico que en el grupo de control.

Tabla. Comparación de los efectos terapéuticos clínicos entre los dos grupos

Grupo	No. casos	Curación clínica	Notable mejoría	Mejoría	Fracaso	Porcentaje total de eficacia
Terapéutico	42	9	14	15	4	90,48%
Control	36	4	8	14	10	72,22%

Comentario

Para tratar el insomnio el autor seleccionó unos puntos auriculares, como *Corazón*, *Shenmen* y *Occipucio*, aplicando el principio terapéutico de nutrir el Corazón y tranquilizar la mente. Además se eligió ciertos puntos coadyuvantes basado en la diferenciación de los síntomas para regular las funciones de los órganos internos *Zang Fu* con la intención de tratar los aspectos fundamentales. En comparación con la farmacoterapia moderna esta terapia se ha mostrado capaz de mejorar la calidad del sueño de los pacientes y superar los efectos secundarios de las drogas. Puesto que el insomnio presenta un alto porcentaje de recurrencia, es necesario que el tratamiento sea persistente y que los pacientes mantengan una buena higiene de vida, acompañado de ejercicios físicos regulares. Todas estas medidas sólo pueden ser beneficiosa para superar esta enfermedad.

Puntos auriculares para tratar el insomnio rebelde

