Perlas

La acupuntura es un tratamiento efectivo para los sofocos posmenopáusicos

Comparan la efectividad de la acupuntura más cuidados puestos en práctica por la misma paciente frente a cuidados solos en la frecuencia e intensidad de los sofocos, y la calidad de vida en mujeres posmenopáusicas.

Fuente: Menopause 2009; Advance online publication

MedWire News: la acupuntura más consejos para cuidarse a sí misma pueden contribuir a una reducción clínicamente relevante de los sofocos y una mejor calidad de vida relativa a la salud en las mujeres posmenopáusicas, según sugiere un estudio.

Einar Borud, de la Universidad de Tromsø en Noruega, y colaboradores llevaron a cabo un ensayo aleatorizado, multicéntrico y controlado en 267 mujeres posmenopáusicas que experimentaban siete o más sofocos cada 24 horas. Las mujeres recibieron diez sesiones de acupuntura más un folleto informativo sobre la atención existente para proporcionarse a sí mismas por los síntomas menopáusicos, o solamente el folleto con consejos de cómo cuidarse. Los investigadores evaluaron los cambios en la frecuencia y severidad de los sofocos informados por las mismas pacientes a lo largo de 12 semanas.

Las mujeres experimentaban una frecuencia media de 12.6 sofocos cada 24 horas en la base, la que disminuyó en 5.8 cada 24 horas en las mujeres que recibieron acupuntura en comparación con 3.7 en las que se auto-proporcionaron atención a las 12 semanas.

En la base se informó una intensidad media de sofocos de 6.9 en todas las mujeres, la que disminuyó en 3.2 unidades en las mujeres que recibieron acupuntura y 1.8 unidades en las que se proporcionaron atención sola. Borud y cols. comentan que las mujeres que recibieron acupuntura experimentaron mejorías estadísticamente significativas en los puntajes de síntomas vasomotores, del sueño y somáticos en el Cuestionario de Salud de la Mujer en comparación con las mujeres que solamente se proporcionaron cuidados.

"Nuestros resultados sugieren que una política de uso de la acupuntura más cuidados proporcionados por la misma mujer pueden reducir la frecuencia de los sofocos en un 50 por ciento o más en la mitad de las mujeres posmenopáusicas que experimentan sofocos frecuentes", concluye el equipo investigador.