



Abordar los trastornos menstruales con acupuntura

Restablecer el equilibrio hormonal y recuperar la deficiencia de sangre

El ciclo menstrual y sus alteraciones están en la cotidianidad de la vida de las mujeres. Aunque les afecta solo varios días cada mes, es un valioso indicador biológico: las variaciones en el estado energético de algunos órganos y sistemas condicionan el funcionamiento de este ciclo, por lo que los datos de la menstruación se utilizan en acupuntura para valorar el estado energético de los sistemas.

La cantidad del sangrado no es igual en todos los ciclos y en todas las personas. En algunas mujeres la cantidad es excesiva, considerándose un síntoma que recibe en medicina el nombre de metrorragia. Una vez descartadas otras causas de diversa índole y etiología, el sangrado excesivo se suele atribuir a un desequilibrio hormonal. Para ello se aconseja entonces a

la paciente un tratamiento hormonal, habitualmente con anticonceptivos. Estos tienen un efecto anovulatorio, ya que frenan la hipófisis y hacen que el ovario reduzca la secreción de estrógenos y progesterona. También se utiliza con el mismo propósito la implantación de un DIU hormonal.

La administración de estos fármacos produce efectos secundarios. Los más habituales son el aumento de peso, la irritabilidad, migrañas en cada regla, edemas (sobre todo de piernas) y dolor mamario, entre otros. Debido a todos estos efectos algunas pacientes buscan otras posibilidades terapéuticas.

Consulta por hinchazón mamaria

Este es el caso de Julia, que acude a la consulta de Acupuntura por tener hinchazón en las mamas de forma

periódica, con la presencia de algún quiste benigno del que han extraído líquido varias veces.

En la historia clínica, se constata que tenía, hace años, ciclos regulares cada 24 días, con sangrado durante 7 días, de los cuales 4 con mucha hemorragia. La medida del sangrado era exagerada, ya que precisaba tampón y compresa super cada 3 horas, incluso doble por las noches, teniendo algún apuro por desbordar estas protecciones. El ginecólogo le puso como tratamiento un DIU hormonal hace 5 años, con lo que ha mejorado el sangrado (reduciendo la cantidad de la hemorragia) aunque ahora también tiene pequeñas pérdidas durante bastantes días del ciclo.

El cuadro clínico mamario, hace sospechar que el tratamiento con el DIU hormonal está alterando el funcionamiento de las mamas. Como además el tratamiento no resuelve la base del problema del desequilibrio hormonal, la paciente propone al ginecólogo retirar el DIU, y deciden extraerlo después de la próxima regla.

Orientación y valoración energética según la medicina tradicional china

Iniciamos el tratamiento de acupuntura con el propósito de disminuir el calor y tonificar la sangre, que es lo que según el diagnóstico energético, permitirá regular el problema de base.

El diagnóstico del cuadro inicial de metrorragias que tenía la paciente es, según la medicina tradicional china, un exceso de calor en el útero y en el sistema que regula la liberación y contención de la sangre (este sistema es el que regula también el hígado). Además está presente una deficiencia de sangre, que agrava la situación general, ya que se establece un círculo vicioso. La deficiencia de sangre suele dejar sin control el calor, provocando que la hemorragia menstrual sea excesiva.

Para el tratamiento utilizamos puntos de acupuntura, en una sesión semanal, durante varios ciclos. Indicamos a la paciente que conviene realizar la toma de la temperatura basal y hacer una gráfica, a partir de la retirada del DIU hormonal, para observar cómo se desarrolla el ciclo. Sobretudo para saber en qué día del ciclo se produce la ovulación, y por tanto conocer cuantos días dura la 1ª fase del ciclo o fase estro-



génica, y cuantos días dura la 2ª fase del ciclo o fase luteínica o de secreción de progesterona. De este modo tenemos una orientación de la secreción hormonal de estrógenos y progesterona cada mes.

Evolución de los síntomas

En el primer ciclo, la menstruación es muy abundante pero no exagerada, por lo que continuamos el tratamiento dispersando el calor y favoreciendo la retención de la sangre.

Las mamas han mejorado mucho al poco tiempo de retirar el DIU hormonal, y le ha disminuido de forma considerable la hinchazón.

En el siguiente ciclo se observa una ovulación temprana (el 10 del ciclo) y se observa que también que la fase luteínica es breve. La hemorragia es todavía muy abundante.

Es a partir del 5º ciclo cuando la curva muestra un ciclo bifásico, es decir que existe una clara diferencia entre la 1ª y la 2ª fase (en la 2ª fase la media de temperatura es de 0,5 grados más alta que en la 1ª fase). También el sangrado menstrual es menos abundante, y ha mejorado mucho la afectación mamaria.

En los resultados de laboratorio, están mejorando los parámetros de ferropenia, aunque todavía no están corregidos. La ferropenia se manifiesta en los análisis con niveles bajos de hierro, ferritina y saturación de transferrina. Muchas veces, sobretodo en los casos de pérdidas de sangre crónicas, la ferropenia persiste aunque se corrija la anemia, es decir, que solo se ven alterados los parámetros de ferropenia y aparecen normales los niveles de hemáties, hemoglobina y hematocrito. Por tanto la paciente seguirá tomando suplementos de hierro.

El cansancio que la paciente sentía durante todo el ciclo, ahora es esporádico y solo aparece después de la regla.

El tratamiento de acupuntura se prolongará algunos ciclos más, espaciando las sesiones cada 15 días, verificando en la curva de temperatura su buena evolución. Se repetirá la analítica a los 6 meses. Se aconseja a la paciente una dieta para nutrir la sangre, haciendo hincapié en la toma de cereales con horarios regulares, cinco veces al día y alimentos que aporten hierro.

Este es un ejemplo de que la acupuntura es una posibilidad a valorar a la hora de tratar los desarreglos hormonales, sobretodo si aparecen efectos secundarios con los tratamientos farmacológicos. Aunque el tratamiento es laborioso y dure varios meses, el resultado habitualmente es muy satisfactorio.

DRA. CRISTINA DOMINGO
MÉDICA ACUPUNTORA

ASISTENCIA SANITARIA ESPECIALIZADA EN MEDICINA NO CONVENCIONAL

MEDICINA NATURISTA

MEDICINA HOMEOPÁTICA

MEDICINA TRADICIONAL CHINA.

ACUPUNTURA

GINECOLOGÍA

Y MEDICINA DE LA MUJER

PSICOLOGÍA

Y DESARROLLO PERSONAL

OSTEOPATÍA

TERAPIAS MANUALES

FISIOTERAPIA GLOBAL ACTIVA

SOFROLOGÍA

ESTÉTICA NATURAL



PARA AMPLIAR INFORMACIÓN:

www.integralcentremedic.com

Teléfono: 934 677 420

C/ Diputación, 321, 1º 1º. 08009 Barcelona

info@integralcentremedic.com