



LA VENTOSATERAPIA COMO TÉCNICA EFICAZ EN LA CURA DEL DOLOR AGUDO DE ENFERMEDADES OSTEOMIOARTICULARES

Cupping therapy as an effective technique in the cure of acute pain in osteomyoarticular diseases.

Autores: Isabel Cristina Martel Cabrera¹, Yanet Alina Cabrera Alonso² (tutora)

¹ Medicina, Segundo Año. Alumna ayudante en Angiología. Universidad Ciencias Médicas Cienfuegos (CUBA). Correo electrónico: alinacabrerayanet@gmail.com. +52583944. <https://orcid.org/0000-0002-9322-7399>.

² Licenciada en Enfermería, Centro de trabajo: Clínica Internacional de Cienfuegos. Correo electrónico: alina01@nauta.cu. +52364443

Correspondencia:

Isabel Cristina Martel Cabrera

Correo electrónico: alinacabrerayanet@gmail.com. +52583944

RESUMEN

Dentro de la medicina natural y tradicional se destaca el uso de ventosas para curas de diferentes dolores en el cuerpo humano. Según la medicina tradicional china (MTC), la aplicación de ventosas se realiza para disipar el estancamiento (sangre y linfa estancadas), mejorando así el flujo de qi, para tratar enfermedades respiratorias como el resfriado común, la neumonía y la bronquitis. Las ventosas también se utilizan en la espalda, el cuello, los hombros y otros lugares para tratar afecciones musculoesqueléticas. Por su singular aplicación e importancia la presente revisión tuvo como objetivo fundamental: describir el uso de la ventosaterapia como eje fundamental en la cura del dolor agudo en enfermedades osteomioarticulares. Para ello se utilizaron los recursos disponibles en MEDLINE, SciELO, PubMed, Elsevier. De 20 referencias encontradas, se consultaron 13 referencias bibliográficas. Se empleó el método analítico sintético.

Palabras Claves:

◆ventosas ◆dolor agudo ◆terapia ◆enfermedades osteomioarticulares

Abstract

Within natural and traditional medicine, the use of cupping for cures of different pains in the human body stands out. According to traditional Chinese medicine

(TCM), cupping is done to dissipate stagnation (stagnant blood and lymph), thus improving the flow of qi, to treat respiratory diseases such as the common cold, pneumonia, and bronchitis. Suction cups are also used on the back, neck, shoulders, and other places to treat musculoskeletal conditions. Due to its unique application and importance, the present review had as its main objective: to describe the use of cupping therapy as a fundamental axis in the cure of acute pain in osteomyoarticular diseases. For this, the resources available in MEDLINE, SciELO, PubMed, and Elsevier were used. Of 20 references found, 13 bibliographic references were consulted. The synthetic analytical method was used.

Keywords:

◆ cupping ◆ acute pain ◆ therapy ◆ osteomyoarticular diseases

INTRODUCCIÓN

La medicina china tradicional está basada fundamentalmente en la filosofía taoísta y en sus principios cosmológicos. No mucho se sabe de sus orígenes, creada en 1400 a. C. pero sí que está fuertemente marcada por tres figuras legendarias, tres emperadores míticos: Fuxi, autor de Yi Jing (Libro de las mutaciones), generalmente considerado el libro chino más antiguo. Shennong, padre de la agricultura y de la fitoterapia. A él se atribuye el primer Bencao (o Tratado de las Materias Medicinales). Huang Di, el "Emperador Amarillo", autor de la obra más representativa de la Medicina Tradicional China: las Nei Jing o Neijing Suwen.¹

Dentro de la medicina natural y tradicional se destaca el uso de ventosas para curas de diferentes dolores en el cuerpo humano. El origen del uso de ventosas como práctica terapéutica no está claro. La medicina tradicional iraní utiliza prácticas con ventosas húmedas, con la creencia de que las ventosas con escarificación pueden eliminar el tejido cicatricial, y las ventosas sin escarificación limpiarían el cuerpo a través de los órganos. En la antigua Grecia, Hipócrates (c. 400 a.e.c.) usaba ventosas para tratar enfermedades internas y problemas estructurales. También los egipcios la usaron y nos dejaron constancia escrita, así como Hipócrates y Galeno fueron defensores de sus numerosos beneficios. En Europa y América los médicos comenzaron a utilizarla a principios del siglo XIX.¹

Según la medicina tradicional china (MTC), la aplicación de ventosas se realiza para disipar el estancamiento (sangre y linfa estancadas), mejorando así el flujo de qi, para tratar enfermedades respiratorias como el resfriado común, la neumonía y la bronquitis. Las ventosas también se utilizan en la espalda, el cuello, los hombros y otros lugares para tratar afecciones musculoesqueléticas. Las alteraciones del sistema osteomioarticular que están relacionadas con el trabajo, resultan un problema significativo a nivel mundial. Estos también constituyen un problema de salud ocupacional en los países industrializados. Sin embargo, la realidad para los

países en desarrollo es mucho más grave si se considera que la distribución de los empleos es diferente según el tipo de país (en Inglaterra, solo el 2,5 % de la fuerza laboral está empleada en la agricultura, mientras que en África, Asia y América Latina este es el principal renglón de la economía). La estructura de la economía define la carga de trabajo y los riesgos en el ambiente laboral. Alrededor de un 40-80 % de los trabajadores en países en desarrollo, y un 10-20 % en los países industrializados, están expuestos a trabajo forzado especialmente en: la agricultura, en la industria y algunos servicios, no solo por la carga de trabajo, sino también por: las simultáneas exposiciones al calor, los riesgos de accidentes, la presencia del polvo y los factores químicos en las áreas laborales. Además, el efecto de la carga del trabajo forzado se agrava con la malnutrición y las enfermedades crónicas y parasitarias.²

En Cuba, el comportamiento de la sacrolumbalgia aguda es muy similar al de otros países: afecta al 80 % de los hombres en edades laborales y constituye la segunda causa de dolor. En la provincia de Holguín, al igual que en el resto del país, existe consenso entre los expertos que opinan que la sacrolumbalgia constituye un problema de salud, por lo que se realizan esfuerzos que permiten incrementar la rehabilitación y la reincorporación social de los pacientes que la padecen. En el municipio de Moa, y otros municipios de la provincia de Holguín, se aumentan las coberturas de rehabilitación a partir de la construcción y el mejoramiento de las salas de fisioterapia, para que las personas que lo necesitan regularmente reciban estos servicios. La sacrolumbalgia constituye un serio problema de salud para los pacientes del Policlínico Docente «Juan Manuel Páez Inchautis», del municipio de Moa, pues existe una alta incidencia de esta dolencia, la cual constituye una de las causas más frecuentes del dolor. Se puede decir que esta es la enfermedad más costosa para los pacientes entre 30 y 60 años de edad por lo que el uso de la ventosaterapia ha resultado ser útil y efectivo en el tratamiento de estos eventos osteomioarticulares.²

Problema de investigación.

¿Cuál será la efectividad de la aplicación de ventosas para el manejo del dolor agudo en enfermedades osteomioarticulares?

Justificación del problema científico

Un adecuado conocimiento de las ventajas, beneficios, y tipos de usos de la terapia con ventosas constituirá un factor imprescindible en su aplicación para dolores agudos que afecten el sistema osteomioarticular logrando una mayor organización y mejora en la preparación de un médico general, y a su vez potenciamos el interés de ejercer prácticas como esta en varios servicios de salud de todo el país.

OBJETIVO

Describir el uso de la ventosaterapia como eje fundamental en la cura del dolor agudo en enfermedades osteomioarticulares

DESARROLLO

Medicina Natural y Tradicional

La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) define el concepto de Medicina Tradicional/Medicina Complementaria y Alternativa (MT/MCA) como prácticas, enfoques, conocimientos y creencias sanitarias diversas que incorporan medicinas basadas en plantas, animales y/o minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios aplicados de forma individual o en combinación para mantener el bienestar, además de tratar, diagnosticar y prevenir las enfermedades.³

En Cuba algunas de estas modalidades se engloban en el término Medicina Tradicional y Natural (MTN), contando para su desarrollo con un apoyo gubernamental declarado a través del Acuerdo 4282 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros. Igualmente, a nivel del Ministerio de Salud Pública existe un Programa Nacional de Medicina Tradicional y Natural, resolucionado en 1997.³

Las autoridades en salud, a nivel internacional (por ejemplo la Organización Mundial de la Salud) y local (como la Secretaria de Salud de nuestro país), continúan promoviendo la reglamentación (regulación) de estas prácticas y su uso racional. Sin embargo, son muchos aún los rezagos sobre el tema. Sin desdeñar la validez de algunas de las terapias de la MT, la cuestión de fondo es si estas cumplen o no con los cuatro principios fundamentales de la bioética: autonomía, beneficencia, no maleficencia, y justicia.³

Dentro de las principales modalidades que se utilizan en Cuba se encuentran: Acupuntura, fitoterapia, apiterapia, moxibuxción, homeoterapia y ozonoterapia.

Principales usos terapéuticos:

- ◆Expectorantes
- ◆Antihipertensivos
- ◆Antifúngicos
- ◆Antiinflamatorios
- ◆Analgésicos

Importancia de la Medicina Natural y Tradicional

El introducir la MTN en el Sistema de Salud cubano ha permitido profundizar en el carácter científico de esta, contribuyendo a una visión no lineal y sí integradora del proceso salud-enfermedad, además de resolver un problema social sobre la base del carácter humanista de la medicina, al destacar el papel relevante de la relación médico paciente y de la aplicación del método clínico. Con ella se enfatizó la importancia de la medicina preventiva, además de poner en evidencia la necesidad de reconceptualizar la investigación en las ciencias médicas sobre la base de una visión interdisciplinaria que permita revelar fenómenos no explicados hasta el momento, aspecto que indiscutiblemente necesita del enfoque desde la perspectiva de la ciencia, tecnología y sociedad como complemento esencial.³

Sistema Osteomioarticular

El aparato locomotor está formado por el sistema osteoarticular (huesos, articulaciones y ligamentos) y el sistema muscular (músculos y tendones). Permite al ser humano y a los animales en general interactuar con el medio que le rodea mediante el movimiento o locomoción y sirve de sostén y protección a los órganos del cuerpo. Funciona en coordinación con el sistema nervioso que es el que genera y transmite las órdenes motoras.⁴

Dolor Agudo

Se considera como dolor agudo una respuesta normal, fisiológica y predecible del organismo frente a una agresión química, física o traumática. Por tanto, dolor agudo es aquel que persiste mientras dura el proceso de curación o cicatrización de los tejidos. En este sentido, un dolor cuya duración excede de 3 ó 6 meses puede considerarse como crónico. Bonica propone hablar de dolor agudo y crónico en función de la duración y de la cantidad de patología subyacente, de manera que los procesos de corta duración con mucha patología subyacente coincidirían con dolor agudo y los procesos dolorosos de mayor duración y menor patología subyacente se enmarcarían como dolor crónico.⁵

El dolor agudo es un elemento fundamental para la supervivencia del organismo. Constituye un sistema de alarma de primer orden y advierte o avisa de que existe algún peligro para la integridad del organismo que merece atención, permitiendo poner en marcha los mecanismos de evitación o protección.⁵

Entre las características del dolor agudo podemos mencionar las siguientes:

- ◆ Es secundario a una lesión tisular real o potencial.
- ◆ Constituye un sistema de alarma de primer orden.
- ◆ Su curso temporal discurre paralelo al proceso de reparación.

◆Desaparece la cicatrizar los tejidos.

◆Es un síntoma de enfermedad.⁶

El dolor en los huesos puede ser consecuencia de una amplia variedad de afecciones, entre ellas:

◆Una fractura de hueso (quebradura)

◆Lesiones por movimientos repetitivos o uso excesivo

◆Insuficiencia hormonal (generalmente debido a la menopausia)

◆infección

◆Cáncer de huesos

◆Cáncer metastásico (cáncer que se diseminó desde el punto de origen)

◆Leucemia (cáncer de los glóbulos sanguíneos)

◆Interrupción en el riego sanguíneo (por ejemplo, en el caso de anemia de células falciformes)

La osteoporosis es una afección que hace que la masa ósea se reduzca por debajo de los valores normales. La edad, los cambios hormonales y la falta de actividad física son factores que contribuyen a la disminución de la densidad ósea, lo cual puede aumentar las probabilidades de sufrir fracturas y dolor de huesos.^{5, 6}

El dolor óseo: es habitualmente profundo, penetrante o sordo. Por lo general, es el resultado de un traumatismo. Otras causas menos frecuentes son la infección ósea (osteomielitis), los trastornos endocrinológicos y los tumores.

El dolor muscular (denominado mialgia): es con frecuencia menos intenso que el dolor óseo, pero puede ser muy molesto. Por ejemplo, un espasmo muscular o un calambre en la pantorrilla (una contracción muscular sostenida y muy dolorosa) producen un dolor intenso. El dolor puede ocurrir cuando un músculo se ve afectado por una lesión, pérdida de flujo sanguíneo, infección, o un tumor. La polimialgia reumática es un trastorno que causa dolor intenso y rigidez en el cuello, los hombros, la zona superior e inferior de la espalda y las caderas.

El dolor en las articulaciones (denominado artralgia): puede o no estar relacionado con la inflamación articular (artritis). La artritis puede causar inflamación y dolor. La artritis puede ser consecuencia de una amplia variedad de trastornos que comprenden la artritis inflamatoria (como la artritis reumatoide), la artrosis, la artritis infecciosa, la gota y los trastornos relacionados, las

enfermedades autoinmunitarias (como el lupus eritematoso sistémico) y los trastornos vasculíticos (como la vasculitis asociada a la inmunoglobulina A), la osteonecrosis y las lesiones que afectan a la porción articular del hueso. El dolor artrítico puede ser de aparición reciente (agudo, por ejemplo, cuando está producido por infecciones, traumatismos o gota), o de larga evolución (crónico, por ejemplo, cuando está causado por la artritis reumatoide o la artrosis). El dolor causado por la artritis empeora con el movimiento, pero por lo general está presente incluso en reposo. A veces, el dolor que se origina en estructuras cercanas a la articulación, como los tendones y las bolsas sinoviales, parece tener su origen en la articulación.^{5, 6}

Estos trastornos se caracterizan por dos síntomas típicos que son el dolor y la impotencia funcional de alguna parte del aparato locomotor, en especial, de las articulaciones. A pesar de que este grupo de patologías no sean causas directas de muerte, es muy importante y necesario que se les dé un buen espacio en las campañas de prevención y promoción de la salud, ya que son estas enfermedades las que más acarrearán disfuncionalidad en la vida del paciente.⁶

Enfermedades osteoarticulares más comunes:

- ◆ Artritis Reumatoide
- ◆ Bursitis
- ◆ Capsulitis Adhesiva
- ◆ Cervicoartrosis
- ◆ Espondilosis cervical
- ◆ Espondilitis Anquilosante
- ◆ Fibromialgia
- ◆ Hernia de Disco
- ◆ Osteoartritis
- ◆ Osteoporosis
- ◆ Tendinitis de hombro.⁶

Terapia con Ventosas

La terapia con ventosas también se denomina con el término inglés cupping, que deriva de 'cup' que en inglés significa taza, y consiste en aplicar ventosas normalmente elaboradas con cristal o plástico, sobre el cuerpo del paciente, y hacer con ellas un efecto de vacío mediante el que la ventosa se adhiere al cuerpo y

succiona la piel y parte del músculo, abriendo los poros y estimulando la circulación sanguínea y linfática. Los partidarios del cupping consideran también que es el mejor método para abrir los meridianos del cuerpo, que son los conductos a través de los cuales fluye la energía, por lo que esta terapia alternativa funciona de forma similar a la acupuntura. Los practicantes de la terapia con ventosas la utilizan para tratar una amplia gama de afecciones médicas incluyendo entre otras: fiebre, lumbalgia, falta de apetito, indigestión, hipertensión arterial, acné, dermatitis atópica, psoriasis, anemia, rehabilitación de accidentes cerebrovasculares, congestión nasal, infertilidad y dolores menstruales.⁷

Clasificación de los Tipos de ventosas

Ventosas de Cristal

Son las más ampliamente utilizadas principalmente porque permiten al terapeuta ver cómo está respondiendo el cuerpo a la succión de la ventosa lo cual es importante para controlar que no quede dañada la capa más externa de la piel o los vasos sanguíneos que quedan dentro de la ventosa.

Ventosas de Bambú

Tradicionalmente se utilizaban este tipo de ventosas en la medicina tradicional China. Se supone que el bambú es perfecto para tratar la zona de las articulaciones aunque tiene el inconveniente que por su opacidad no se puede ver el interior de la ventosa.⁸

Ventosas de Porcelana

En ocasiones se utilizan algunos líquidos con componentes alcohólicos para el tratamiento con ventosas. En estos casos es cuando más se suelen utilizar este tipo de ventosas por parte de los terapeutas.

Ventosas de plástico

Son las más económicas y no suelen ser las preferidas por los expertos en este tipo de terapia. El plástico sí que se suele utilizar conjuntamente con las ventosas de cristal para extraer el oxígeno del interior de ésta.⁸

Los tipos de terapia de ventosas se pueden clasificar utilizando varios métodos distintos de categorización pero los más importantes incluyen:

El primer sistema de categorización se relaciona con los "tipos de técnicas", que incluyen:

◆ Terapia seca o de masaje

◆ Húmeda

Ventosas Secas o masaje con ventosas.

Se aplica en los puntos dónde hay un vacío o déficit circulatorio local, o acompañado de ralentizamiento de las reacciones del metabolismo en la zona y del órgano que refleja. La ventosa seca extrae ácido de la sangre e influye en la mejoría de la circulación de los pequeños vasos cutáneos. Provoca el drenaje de edemas locales y de estructuras o residuos que causan dolor en las zonas inflamadas. Mejora el metabolismo y estimula los receptores de la piel, con la consecuencia de que se relajan los músculos y se reduce o desaparece el dolor.⁹

Ventosas Húmedas.

Están indicadas en zonas calientes. De forma inmediata y selectiva drenamos el foco inflamado o la zona musculo-esquelética afectada, evitando el uso de antiinflamatorios. Para la aplicación de las ventosas húmedas se abren puntos de evacuación en la piel, con pequeños cortes o pinchazos, para facilitar la salida de los residuos, más espesos que el ácido, sin prácticamente dañar la piel. Como consecuencia se mejora la circulación y el metabolismo de la piel, el tejido subcutáneo y los tejidos de capas profundas. Se estimula la absorción de los elementos necesarios para que se eliminen las sustancias de deshecho; biológico y celular. Influye en los órganos internos al estimular sus zonas reflejo. A su vez los trastornos de órganos internos pueden causar cambios visibles en la espalda, que nos ayudan a averiguar qué le pasa. Estas ventosas están especialmente indicadas para la cefalea tensional, los dolores reumáticos, cervicales, dorsales, lumbares, alergias... entre los más frecuentes. El tratamiento de estos puntos gatillo mediante la aplicación de ventosas húmedas nos da un resultado rápido, sin efectos secundarios y de fácil aplicación. Con esto es posible aliviar localmente el dolor y además influir en la función de los órganos internos. También se utiliza como método para depurar y descongestionar el organismo, con las Húmedas, o para estimularlo, con las secas.⁹

La segunda categorización se relaciona con el "método de succión", que incluye:

- ◆Con fuego
- ◆Terapia con ventosas de succión eléctrica.

Ventosas con fuego

La terapia de ventosas con fuego consiste en remojar una bola de algodón en alcohol casi puro. El algodón se sujeta con un par de pinzas y se enciende entonces con un fósforo o un encendedor y, con un solo movimiento, se coloca dentro de la copa y se retira rápidamente, mientras la copa se coloca rápidamente sobre la piel. El fuego consume todo el oxígeno de la taza y expande el aire dentro de esta, que al enfriarse crea una presión negativa dentro de la taza. Luego, al colocar la copa

sobre el cuerpo, la presión negativa "succiona" la piel. En ocasiones se aplica aceite de masaje para crear un mejor sellado y permitir que las copas se deslicen sobre los grupos musculares (por ejemplo, trapecio, erectores, dorsal ancho, etc.) en un acto llamado "ventosa deslizante". Es común que aparezcan círculos oscuros en la piel donde se colocaron las copas debido a la rotura de los capilares justo debajo de la piel que causa hematomas. También existen casos documentados de quemaduras causadas por la aplicación de ventosas con fuego.¹⁰

Ventosas de succión eléctrica

Con los equipos debidos se puede obtener el grado de vacío necesario para la aplicación de ventosas de maneras: manualmente, con una bomba de vacío eléctrica que aplica la succión a distancia logrando una aplicación inmediata sobre el paciente con la esperanza de no quemarlo.¹⁰

El tercero se relaciona con el área tratada e incluye:

◆Terapia de ventosas facial

◆Abdominal

Terapia de ventosas facial

El cupping facial consiste en realizar esta misma técnica en la cara para obtener un efecto lifting inmediato. Sus defensores dicen que este tratamiento mejora la circulación, estimula el drenaje linfático, tonifica el tejido que está flácido, relaja la tensión, aumenta la receptividad de los nutrientes de las células de la piel, estimula el colágeno y la elastina, y restaura el tejido cutáneo. Aunque estos resultados sólo son temporales. El procedimiento es el siguiente: en primer lugar, hay que limpiar la piel y luego aplicar sobre ella un aceite o un serum que facilite el deslizamiento de las ventosas. La recomendación es realizar el tratamiento 2 o 3 veces a la semana durante 5 o 10 minutos. Y aseguran que no deja las marcas del cupping corporal. Esta ventosa lavable y muy práctica, es la solución más efectiva contra los depósitos de grasa a nivel del abdomen. No dudes en extender tus movimientos hasta la cintura y las caderas. Así, podrás borrar la celulitis y reducir medidas, al mismo tiempo que dinamizas la circulación en esta zona.¹¹

Terapia de ventosas Abdominal

Basta con aceitar la piel del abdomen y pegar la ventosa CelluBlue. Haz movimientos de izquierda a derecha y de arriba hacia abajo. Termina con movimientos circulares para activar la lipólisis. Regula la intensidad de la absorción, apretando más o menos la ventosa, para no lastimarte. ¡El abdomen es una zona más sensible que las piernas, por ejemplo! Repite la operación todos los días, durante 5 minutos. Gracias a esta técnica de palpado-rodado (Palpate-Roll) más

simple que la manual, pero infalible, la mayoría de la chicas que ya usan CelluBlue han visto los resultados en las primeras 3 semanas.¹¹

Principales usos de las ventosas. Tratamiento y Beneficios

El tratamiento con ventosas chinas puede ser indicado para eliminar el dolor en la espalda, causada por la tensión muscular o contracturas, hinchazón en los brazos, piernas o pies, dolor en las articulaciones, siendo también un excelente complemento en el tratamiento de la celulitis.¹¹

Sus principales beneficios son:

- ◆Aumento de la circulación sanguínea en la región;
- ◆Eliminación de las contracciones musculares y puntos gatillo;
- ◆Fortalecer los vasos sanguíneos;
- ◆Aumentar la producción de líquido sinovial dentro de las articulaciones;
- ◆Relajar y calmar el cuerpo y la mente.

Uso

Para calentar la ventosa, debe encenderse un algodón previamente empapado en alcohol, sujeto con pinzas e introducirlo en su interior, dándole vueltas para posteriormente extraerlo y colocar la ventosa sobre la piel; la combustión del oxígeno crea un vacío de aire dentro de la ventosa que al colocarla sobre la piel hace que se pegue a ella, que la succione. Una vez colocada la ventosa sobre la piel se deja aproximadamente unos diez minutos, cuando la piel comienza a estar congestionada con un color violeta por el estasis provocado, se retira la ventosa de la piel sujetándola con una mano y presionando con la otra la piel de alrededor para hacer el vacío. Esta técnica está indicada para tratar artlalgias por viento-humedad, parálisis nerviosas, enfermedades gastrointestinales y pulmonares. Las ventosas se pueden aplicar de diferentes formas: pueden dejarse retenidas o fijas, pueden quitarse y ponerse rápidamente, pueden moverse una vez aplicadas, se pueden sacudir, girar.^{9, 10}

Los terapeutas más indicados para el tratamiento con ventosas son los formados en Medicina Tradicional China, el acupunturista y el fisioterapeuta especialista en acupuntura o que tenga conocimiento de ese tipo de técnica. Este tratamiento también es muy utilizado en la Medicina Tradicional China, siendo muchas veces asociado a la acupuntura, para tratar diversos trastornos de la salud con el objetivo de volver a energizar los meridianos por donde pasa la energía vital Ki.^{9, 10}

Tratamiento con ventosas

Para el tratamiento con ventosas se debe dejar el área a tratar descubierta y aplicar un aceite o crema hidratante en la piel, para permitir que las ventosas se deslicen por la piel. A continuación debe colocarse las ventosas en el área de tratamiento. Las 3 formas más comunes de aplicar las ventosas en el cuerpo son:

Ventosa de silicona: basta presionar la ventosa de silicona con los dedos y colocarla en la piel, debido al vacío que se forma en su interior la piel se succiona y la ventosa se mantiene pegada a la piel;

Vaso de vidrio: encender una vela y colocar la llama en el interior del vaso y a continuación colocarlo en la piel. El vacío se forma cuando el oxígeno que se encuentra dentro del vaso es consumido por la vela y, por esto, si se aplica rápidamente sobre la piel creará la succión;

Ventosa electrónica: basta posicionar las ventosas en la región que se desea tratar y luego encender el dispositivo colocando la fuerza con la que se desea generar el vacío. Poco a poco la piel va siendo succionada y la ventosa se mantiene pegada a la piel. Se puede inclusive utilizar las ventosas asociadas a otras técnicas como la acupuntura, colocando dentro de cada ventosa una aguja de acupuntura, plantas medicinales con sangría o agua, por ejemplo. ^{9, 10}

Tiempo de aplicación de las Ventosas

El tiempo de duración varía entre 5 y 15 minutos y pueden ser realizadas sesiones por separado para combatir el dolor en la espalda u 8 sesiones realizadas 1 vez por semana durante 8 semanas consecutivas. Cuando la ventosa se coloca con mucha presión o se deja sin mover por mucho tiempo pueden surgir unas burbujas de sangre en la región y en caso que esto ocurra el tratamiento debe interrumpirse inmediatamente.¹¹

Además de esto, el tratamiento con ventosas chinas también debe ser evitado durante el embarazo, principalmente si no es bajo supervisión médica. Algunas situaciones que no son contraindicaciones absolutas pero que necesitan más atención al utilizar este tipo de tratamiento son: personas con la presión alta descontrolada, después de practicar ejercicios y su aplicación en áreas que no tengan una buena capa muscular, teniendo más extremidades óseas prominentes.¹¹

Pre- realización y Post- realización del tratamiento con ventosas.

El tratamiento puede ser hecho con la persona acostada en una camilla donde son colocadas 1, 2 o varias ventosas en la región a ser tratada. Las ventosas pueden ser colocadas solamente encima de una contractura en la espalda o pueden

deslizarse por todos los músculos de la espalda. Como la ventosaterapia puede favorecer la flacidez, este tratamiento no debe ser hecho de forma exclusiva para eliminar los nódulos de celulitis, pero debe ser usado en un protocolo que involucra el uso de cremas reafirmantes y aparatos como radiofrecuencia, por ejemplo. Si la ventosaterapia se realiza durante el período menstrual, después del tratamiento, la menstruación de la mujer puede ser más intensa de lo habitual, pueden surgir marcas moradas en las regiones tratadas y la orina puede ser un poco más oscura de lo normal.¹²

Contraindicaciones de la Terapia con Ventosas

Aunque sea relativamente segura, el tratamiento con la ventosaterapia posee algunas contraindicaciones, por lo que no debe ser aplicada en personas que presentan:

- ◆ Trombosis, tromboflebitis o trastornos hemorrágicos
- ◆ Varices
- ◆ Heridas
- ◆ Fiebre
- ◆ Fractura en la región a ser tratada.¹³

Resultados y precauciones

La terapia tiene aplicaciones muy amplias, tanto las enfermedades de la medicina interna, como las del sistema nervioso o locomotor entre otras. Tos, resfriado, asma, celulitis, dismenorrea, parálisis facial, entumecimiento de los miembros, mordeduras de serpientes., etc. En resumen, podríamos decir que siempre van bien cuando queremos eliminar toxinas de una zona concreta; derivar la sangre hacia otra zona; aportar sangre o nutrientes a otra; etc. No debe aplicarse esta terapia con úlceras en la piel, fiebre alta o con convulsiones, alergias o edema, ni tampoco en el abdomen o región lumbosacra de la mujer embarazada. Si se ha provocado una gran congestión sobre la piel y resulta molesta, se puede pinchar con una aguja esterilizada para provocar el sangrado.¹³

CONCLUSIONES

El surgimiento de la terapia con ventosas como apéndice de la medicina natural china constituye una terapia alternativa para aliviar distintas afecciones, en especial las enfermedades del sistema osteomioarticular como la sacrolumbagia aguda y sus resultados generalmente suelen ser efectivos. Constituyen un impacto en cuanto a la mejora de la calidad de vida de cada paciente en el que sea empleada. Se pueden aplicar de diferentes formas ya sean retenidas o fijas, pueden quitarse y

ponerse rápidamente lo que permite un correcto fluido de la sangre ya que es imprescindible en cuanto a esta técnica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1- Sielski R, Rief W, Glombiewski JA. Efficacy of Biofeedback in Chronic back Pain: a Meta-Analysis. *Int J Behav Med.* [Internet]. 2017 [cited May 9, 2018]; 24(1):25-41. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs12529-016-9572-9>
» <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs12529-016-9572-9>.
- 2- Gore M, Sadosky A, Stacey BR, Tai KS, Leslie D. The burden of chronic low back pain: clinical comorbidities, treatment patterns, and health care costs in usual care settings. *Spine.* [Internet]. 2012 [cited May 9, 2018];37(11):E668-77. Available from: <https://insights.ovid.com/pubmed?pmid=22146287>.
- 3- Sita Ananth M. 2010 Complementary Alternative Medicine Survey of Hospitals - Summary of Results. [Internet]. Alexandria, VA: Samuelli Institute; 2011 [cited May 13, 2018]. Available from: <https://allegralearning.com/wp-content/uploads/2015/06/CAM-Survey-FINAL-2011.pdf>.
- 4- Wang YT, Qi Y, Tang FY, Li FM, Li QH, Xu CP, et al. The effect of cupping therapy for low back pain: A meta-analysis based on existing randomized controlled trials. *J Back Musculoskelet Rehabil.* [Internet]. 2017 [cited May 13, 2018];30(6):1187-95. Available from: <https://content.iospress.com/articles/journal-of-back-and-musculoskeletal-rehabilitation/bmr169736>.
- 5- Aboushanab TS, AlSanad S. Cupping Therapy: An Overview From A Modern Medicine Perspective. *J Acupunct Meridian Stud.* [Internet]. 2018 [cited May 13, 2018]; S2005-2901(17):30204-2. Available from: [https://www.jams-kpi.com/article/S2005-2901\(17\)30204-2/pdf](https://www.jams-kpi.com/article/S2005-2901(17)30204-2/pdf).
- 6- Cao H, Li X, Yan X, Wang NS, Bensoussan A, Liu J. Cupping therapy for acute and chronic pain management: a systematic review of randomized clinical trials. *J Tradit Chin Med.* [Internet]. 2014 [cited May 13, 2018];1(1):49-61. Available from: https://ac.els-cdn.com/S2095754814000040/1-s2.0-S2095754814000040-main.pdf?_tid=c1e983c6-64eb-465c-9208-08657cacb479&acdnat=1526231974_f88ac1fbce7d2ac75da5b3f28000df71
- 7- Emerich M, Braeunig M, Clement HW, Lüdtke R, Huber R. Mode of action of cupping--local metabolism and pain thresholds in neck pain patients and healthy subjects. *Complement Ther Med.* [Internet]. 2014 [cited May 13, 2018];22(1):148-58. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0965229913002112?via%3Dihub>.

- 8- Kheirandish H, Shojaeeefar E, Meysamie A. Role of Cupping in the treatment of different diseases:systematic review article. Tehran Univ Med J. [Internet]. 2017 [cited May 13, 2018];74(12):829-42. Available from: <http://tumj.tums.ac.ir/article-1-7880-en.html>
» <http://tumj.tums.ac.ir/article-1-7880-en.html>.
- 9- Rozenfeld E, Kalichman L. New is the well-forgotten old: The use of dry cupping in musculoskeletal medicine. J Bodyw Mov Ther. [Internet]. 2016 [cited May 13, 2018];20(1):173-8. Available from: [https://www.bodyworkmovementtherapies.com/article/S1360-8592\(15\)00279-X/pdf](https://www.bodyworkmovementtherapies.com/article/S1360-8592(15)00279-X/pdf).
- 10- Markowski A, Sanford S, Pikowski J, Fauvell D, Cimino D, Caplan S. A Pilot Study Analyzing the Effects of Chinese Cupping as an Adjunct Treatment for Patients with Subacute Low Back Pain on Relieving Pain, Improving Range of Motion, and Improving Function. J Altern Complement Med. [Internet]. 2014 [cited May 13, 2018];20(2):113-7. Available from: <https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/acm.2014.5302.abstract>.
- 11- Moura CC, Carvalho CC, Silva AM, Iunes DH, Carvalho EC, Chaves ECL. Effect of auriculotherapy on anxiety. Rev Cuba Enferm. [Internet]. 2014 [cited May 13, 2018]; 30 (2):1-15. Available from: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revcubenf/cnf-2014/cnf142e.pdf>.
- 12- MacPherson H, Altman DG, Hammerschlag R, Youping L, Taixiang W, White A, et al. Revised Standards for Reporting Interventions in Clinical Trials of Acupuncture (STRICTA): Extending the CONSORT Statement. PLoS Med. [Internet]. 2010 [cited May 13, 2018];7(6):1-11. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2882429/pdf/pmed.1000261.pdf>.
- 13- Al-Bedah AM, Aboushanab TS, Alqaed MS, Qureshi NA, Suhaibani I, Ibrahim G, et al. Classification of Cupping Therapy: A Tool for Modernization and Standardization. JOCAMR. [Internet]. 2016 [cited May 13, 2018];1(1):1-10. Available from: https://www.researchgate.net/publication/306240082_Classification_of_Cupping_Therapy_A_Tool_for_Modernization_and_Standardization

Los autores certifican la autenticidad de la autoría declarada, así como la originalidad del texto.