

Agopuntura: antica medicina rivolta al futuro

di
Carlo Borsari

Le medicine non convenzionali (o “complementari”) più note – omeopatia, agopuntura, fitoterapia, medicina manuale – stanno conquistando sempre più fiducia nel mondo occidentale: tra esse, l’agopuntura è stata la prima ad affrontare e vincere, almeno in parte, lo scetticismo della classe medica.

L’agopuntura – che, anche se non l’unica, è la tecnica della medicina cinese più efficace e più diffusa – si basa sulla stimolazione di determinate zone cutanee con l’infissione di sottili aghi metallici. La sua origine si perde nella leggenda: i cinesi dicono infatti che l’agopuntura è “vecchia come la Cina” dove sarebbe nata nel 4000 a.C. (i primi testi di agopuntura risalgono al 2500 a.C.)

I primi contatti tra la scienza medica occidentale ed orientale avvennero all’inizio del XX secolo. L’agopuntura era però già nota ai medici arabi, era stata descritta da Marco Polo nel “Milione” e nel 1700 i missionari gesuiti al ritorno dalla Cina l’avevano fatta conoscere in Europa.

Soltanto dopo la seconda guerra mondiale, grazie al cambiamento politico e culturale della Cina, la teoria e la pratica dell’agopuntura cominciarono ad interessare la medicina occidentale. Il 1958 segna una svolta storica, perché venne effettuato il primo intervento chirurgico in anestesia con agopuntura: questo evento, di risonanza mondiale, portò per la prima volta sulla cronaca “la nuova medicina cinese”.

Nel 1972, dopo il viaggio del presidente americano Richard Nixon e la famosa partita a Ping Pong con Mao Tse Tung, i numerosi giornalisti al seguito fecero conoscere le “meraviglie” dell’agopuntura agli americani

Attualmente, malgrado le difficoltà legate all’interpretazione scientifica di una terapia in apparenza estranea alla cultura occidentale, l’agopuntura è utilizzata da centinaia di milioni di pazienti in tutti i paesi del mondo, soprattutto in quelli dell’Europa e dell’America del Nord, dove la medicina è maggiormente sviluppata e all’avanguardia nella ricerca.

Secondo un’indagine ISTAT nel 2000, circa tre milioni di nostri connazionali e oltre 60 milioni di europei si sono curati con l’agopuntura. Negli Stati Uniti il 30% degli americani l’ ha utilizzata almeno una volta nella vita e in Germania, secondo il settimanale Die Zeit (dicembre 2008), il 61% dei tedeschi la preferisce alle terapie “occidentali”.

In Italia (dal 1982) e nella maggior parte dei paesi del vecchio continente è obbligatoria la laurea in medicina per la pratica dell’agopuntura. Nel 2002 la Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri ha riconosciuto l’esercizio di nove “Medicine non Convenzionali” (fra le quali l’Agopuntura) quale atto medico a tutti gli effetti e ha previsto l’istituzione presso gli *Ordini provinciali dei medici di un registro dei professionisti che le praticano*.

Dopo l’introduzione nel Servizio Sanitario Nazionale dei LEA (Livelli Essenziali di Assistenza) ai quali si devono adeguare le Aziende Sanitarie, le prestazioni di “*agopuntura a scopo anestesilogico*” rientrano in quelle erogabili dal Servizio Sanitario Nazionale.

La formazione dei medici agopuntori italiani, considerata di buon livello, è dovuta alle scuole private e alle Società di agopuntura, molte delle quali riunite nella F.I.S.A.

(Federazione Italiana delle Società di Agopuntura), che dal 1995 ha stabilito programmi e regole uniformi per la formazione dei circa 3000 medici agopuntori.

In molte sedi universitarie italiane (Milano, Pavia, Firenze, Padova, Roma La Sapienza, Palermo) da alcuni anni sono stati istituiti dei Master postlaurea di primo e secondo livello in agopuntura.

Secondo la medicina energetica cinese, di cui l'agopuntura fa parte, il corpo umano possiede un sistema di canali energetici, chiamati "meridiani", nei quali scorrerebbero il "Qi" (l'energia vitale) ed il sangue, il cui ritmico fluire permetterebbe il normale funzionamento del corpo umano e la difesa dalle malattie.

I punti di agopuntura rappresentano delle zone sui meridiani dove l'energia vitale è più superficiale, quindi più facilmente aggredibile dall'esterno e modificabile in senso positivo o negativo mediante l'infissione di aghi. Tali punti funzionerebbero come interruttori di un circuito elettrico o delle saracinesche di un sistema idraulico ristabilendo il flusso dell'energia e del sangue e permettendo la guarigione o riducendo i sintomi dolorosi.

Fin qui l'aspetto tradizionale dell'agopuntura cinese che appare estremamente lontano dalle nostre concezioni occidentali.

Tuttavia, negli ultimi anni, molte teorie sull'agopuntura, etichettate come puramente filosofiche e difficilmente dimostrabili dalla scienza, sono state verificate grazie allo sviluppo delle tecniche biomediche e diagnostiche che hanno permesso ai ricercatori occidentali e cinesi di studiarne e comprenderne, almeno in parte, i meccanismi di azione. E' stato dimostrato così che i punti di agopuntura (la cui struttura istologica è stata individuata) si trovano in corrispondenza delle zone dove arterie, vene e nervi si dividono in rami più sottili.

Le tecniche elettrofisiologiche hanno rivelato che i punti e i meridiani hanno una resistenza elettrica più bassa delle aree cutanee circostanti: basandosi sulla sua misurazione sono state disegnate sul corpo umano delle linee energetiche che ricalcano quelle dei meridiani cinesi.

Anche la concezione millenaria del funzionamento ritmico dell'energia vitale all'organo è stata confermata dalla cronobiologia (successione veglia-sonno; ritmi biologici: renale, cardiaco, produzione ormonale, ciclo mestruale, ecc.) che mostra una strabiliante corrispondenza fra le nozioni cinesi e quelle attuali. L'unica vera differenza fra le due visioni scientifiche – tradizionali e moderne – dell'agopuntura è il linguaggio usato: l'Agopuntura cinese infatti va «riletta» in chiave neurofisiologica ed endocrinologica.

Dal 1970 ad oggi le pubblicazioni apparse su riviste scientifiche internazionali accreditate riguardanti l'Agopuntura sono quasi 8000, quindi una quantità di studi notevole che ne fa la medicina complementare più studiata e più conosciuta nei meccanismi d'azione. Non tutti gli studi, però, rispondono rigidamente ai protocolli scientifici richiesti dalla EBM (Evidence Based Medicine), per le caratteristiche proprie di questa tecnica medica che ha un approccio diagnostico e un trattamento diverso tra individui con la stessa malattia. Tuttavia, malgrado le difficoltà insite in ogni medicina olistica, la ricerca scientifica sui meccanismi d'azione ha fatto notevoli sforzi per essere definitivamente accettata dalla scienza ufficiale.

Nel 1997 il National Institutes of Health statunitense, dopo una consensus conference

di tre giorni a Bethesda, concluse che: “i dati a sostegno dell’agopuntura sono in realtà solidi quanto quelli esistenti per altre terapie mediche occidentali largamente accettate” e che: “uno dei vantaggi dell’agopuntura è che l’incidenza di effetti collaterali è sostanzialmente inferiore rispetto ai farmaci o ad altre procedure di trattamento accettate per la terapia della medesima condizione”. Il N.I.H. ha inoltre fornito un elenco delle patologie più sensibili al trattamento con

Tab. 1. Principali patologie trattabili con agopuntura secondo il N.I.H. (1997)

- Ansia
- Cefalea
- Dolore da estrazione dentaria
- Emesi post-chirurgica e da chemioterapia
- Epicondilita
- Lombalgia
- Osteoartrite
- Recupero motorio dopo ictus
- Rinite
- Tunnel carpale

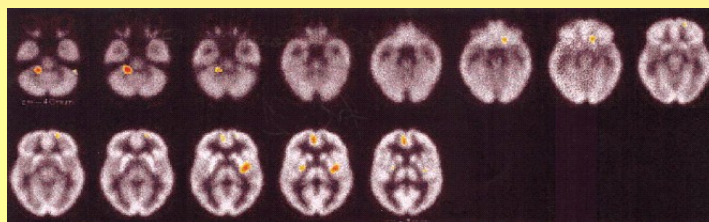
Agopuntura con evidente riscontro statistico, che si integra con quello diffuso nel 1989 dall’Organizzazione Mondiale della Sanità (molto più ampio, perchè basato su l’efficacia clinica tradizionale).

Un significativo passo in avanti nella spiegazione dei meccanismi d’azione dell’agopuntura è stato fatto grazie agli studi di neuroimaging con la positron emission tomography (PET) e la functional magnetic resonance imaging (f-MRI), che consentono di documentare nell’uomo in tempo reale le sedi delle modificazioni neurofisiologiche indotte dall’agopuntura.

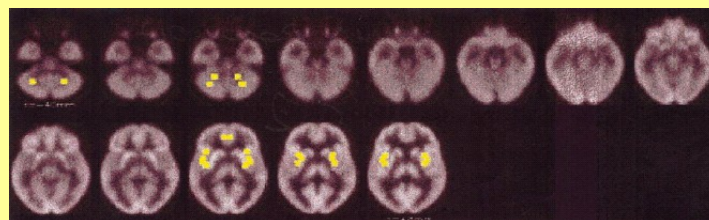
Uno dei primi studi con la PET, eseguito dai ricercatori dell’Istituto S. Raffaele e pubblicato nel 2001 sulla rivista Neuroimage, dimostra che l’agopuntura stimola le stesse aree del sistema nervoso centrale attivate dal dolore acuto e cronico.

Acupuncture Produces Central Activations in Pain Regions

G. Biella, M. L. Sotgiu, ed al. Neuroimage 14, 60–66 (2001)



Aree specificamente attivate durante l’agopuntura



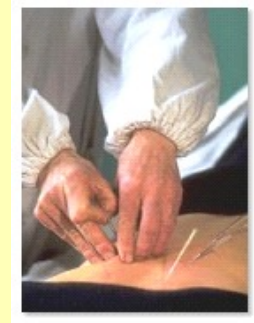
Zone attivate dal dolore in condizioni sperimentali in comune con l’agopuntura

PROPRIETA TERAPEUTICHE

Le principali proprietà terapeutiche accertate (ed accettate) dell'Agopuntura sono molteplici: analgesica, ansiolitica, antinfiammatoria, neuroendocrina, miorilassante e vasomodulatrice.

Proprietà terapeutiche

- **analgesica**
- **ansiolitica**
- **antinfiammatoria**
- **neuroendocrina**
- **miorilassante**
- **vasomodulatrice**



La **proprietà analgesica** è la prima ad essere stata studiata ed è quella che ha maggiori conferme scientifiche. E' dovuta alla contemporanea attivazione di meccanismi neurofisiologici e endocrinologici.

Fin dal 1965, due neurofisiologi americani (Melzack e Wall) ipotizzarono e poi dimostrarono l'esistenza di un blocco nel trasporto della sensazione dolorosa da parte della stimolazione non dolorosa (come l'infissione di aghi sottili) in punti particolari della cute. Secondo questa teoria – comunemente conosciuta come “gate control” e modificata ripetutamente negli anni successivi – lo stimolo non doloroso non solo interferirebbe con la trasmissione dello stimolo doloroso afferente, ma attiverebbe anche il sistema discendente inibitorio del dolore.

Il meccanismo endocrinologico dell'azione antidolorifica dell'Agopuntura sarebbe dovuto alla liberazione di molti ormoni, soprattutto delle endorfine e della enkefalina, che esplicano un'azione neuromodulatrice e innalzano la soglia del dolore, nonché, probabilmente, anche della serotonina, del GABA, del cortisolo.

L'effetto **ansiolitico** dell'Agopuntura sarebbe provocato dalla stimolazione del sistema endorfinico e dalla inibizione dell'adrenalina e della noradrenalina e ad un'azione di modulazione su alcune aree del Sistema Nervoso Centrale (ippocampo, sistema limbico).

La **proprietà antinfiammatoria** è ancora in fase di studio, perché coinvolge diversi fattori come l'aumento dei globuli bianchi e dei linfociti e la liberazione di cortisolo.

La **proprietà neuroendocrina** sarebbe dovuta all'aumento della secrezione di ormoni del sistema riproduttivo (progesterone, estradiolo, prolattina), mentre è incerto l'effetto sugli ormoni tiroidei.

L'**azione miorilassante** è probabilmente legata ad una regolazione periferica e centrale del tono muscolare.

Infine, lo studio dell'azione **modulatrice del flusso vascolare** ha rivelato aspetti interessanti anche sulla circolazione cerebrale: questi potrebbero confermare l'efficacia terapeutica dell'agopuntura nel trattamento degli esiti di alterazioni vascolari cerebrali ottenuta in alcuni ospedali cinesi.

Dunque, le ricerche fino ad oggi effettuate mostrano risultati stimolanti e quegli aspetti ancora poco noti saranno chiariti nei prossimi anni grazie alle nuove tecniche non invasive.

INDICAZIONI CLINICHE

Le principali indicazioni cliniche dell'Agopuntura sono molteplici.

Le malattie dell'**apparato respiratorio** più sensibili a questa terapia sono le sinusiti, le riniti allergiche e l'asma bronchiale (soprattutto nelle persone giovani e spesso come unica forma di trattamento).

Nelle **malattie gastrointestinali** l'Agopuntura è utile nella cura sintomatica dell'ulcera, della gastrite, dell'ernia iatale, della colite e della stipsi.

È efficace anche nelle *nevrosi* con ansia e depressione e nelle varie forme di *insonnia*, mentre non ha fino ad ora dato risultati sicuri nelle malattie psichiatriche.

La **patologia osteoarticolare** è particolarmente sensibile a questo trattamento: rispondono bene le lombagie, le sciatalgie, le periartriti scapolo-omerali, le epicondiliti e soprattutto le cervicoalgie con l'esclusione, ovviamente, dei casi ad indirizzo chirurgico nei quali essa può essere di complemento o completamento.

Nelle forme artrosiche (cervicoartrosi, lomboartrosi, coxartrosi, ecc.) risulta efficace in quanto agisce sulla contrattura e sul dolore, sintomo soggettivo ed oggettivo di tali patologie. L'agopuntura si può inoltre impiegare in *ostetricia*, non solo durante il travaglio di parto, ma soprattutto per ridurre i disturbi dipendenti dal ciclo mestruale e nelle oligo-amenorree. È molto efficace anche nei casi di ipo-ipergalattie postpartum.

Buoni risultati si riscontrano anche nel trattamento delle **patologie sessuali** funzionali (impotenza e frigidità).

L'agopuntura ha scarsa efficacia nelle **malattie dermatologiche** maggiori (psoriasi per esempio), se non per attenuare qualche sintomo collaterale (prurito), mentre ottiene buoni risultati nelle forme acute (eczema, orticaria). Ottima (e poco nota!) la risposta terapeutica nel trattamento dell'Herpes Zoster, soprattutto se iniziato precocemente, sia per la componente dermatologica che per quella neurologica.

È altresì utile per ridurre i disturbi provocati dal **trattamento chemioterapico** antiblastico (vomito, parestesie, paresi, ecc.).

Successi incostanti si sono avuti nel trattamento contro il fumo e risultati incompleti e a breve termine nella terapia delle tossicodipendenze.

Comunque il suo principale impiego resta il **trattamento del dolore** ed etiologia varia: ad eccezione di quella neoplastica - le cefalee, le emicranie, le nevralgie (trigeminali, intercostali, ecc.) ed i dolori da vasculopatie rappresentano un'indicazione ben precisa. Risulta anche efficace nel trattamento del dolore neuropatico in fase irritativa (es. sindrome del tunnel carpale e nevralgie trigeminali) e, in minor misura, nelle forme croniche (nevralgia postherpetica).

Invece, l'utilizzazione in sala operatoria come unica forma di analgesia in sostituzione dell'anestesia farmacologica classica non ha confermato i brillanti risultati riferiti negli ospedali cinesi degli anni '60 e '70.

Gli **effetti collaterali** dovuti al trattamento con agopuntura sono molto rari: analisi effettuate su casistiche ampie hanno indicato un'incidenza di 0,002% e comunque quasi sempre dovute all'inesperienza o alla scarsa cultura medica dell'operatore.

CONTROINDICAZIONI

Controindicazioni assolute all'agopuntura, fino ad oggi, non se ne conoscono, mentre una controindicazione relativa può essere costituita dall'età del paziente (prima infanzia per scarsa collaborazione ed età molto avanzata per scarsa recettività).

Dobbiamo concludere che questa tecnica medica antichissima, ma con ampie prospettive future, ha un indice terapeutico elevato e duraturo con effetti indesiderati quasi assenti, riduce l'impiego di molti farmaci e, soprattutto grazie alla sua visione olistica della patologia, migliora il rapporto medico-paziente.

Quindi, se mettiamo da parte i preconcetti della nostra cultura occidentale, possiamo

considerarla come un valido complemento terapeutico: sarebbe un errore scientifico e medico non utilizzare un sistema di guarigione valido, solo perché ancora non ne comprendiamo tutti i meccanismi di azione.