



L'agopuntura per ridurre il mal di schiena

mariagrazia, mercoledì 13 maggio 2009 - 11:04:15

Una nuova ricerca mette in evidenza come l'agopuntura possa essere un trattamento efficace per il mal di schiena cronico con una riduzione del dolore di circa il 20%. Tuttavia, il fatto curioso è che anche un falso trattamento di agopuntura ha ottenuto gli stessi risultati. A questo proposito, i ricercatori, suggeriscono che il successo possa essere dovuto al fatto di credere che il trattamento sia efficace: una sorta di autosuggestione. Lo studio è pubblicato su "Archives of Internal Medicine".

Il test è stato eseguito su 638 pazienti affetti da mal di schiena cronico e prende il nome di SPINE (Stimulating Points to Investigate Needling Efficacy) e si attesta come il più grande studio sugli effetti dell'agopuntura mai eseguito.

Per eseguire il test i partecipanti sono stati suddivisi a caso in diversi gruppi: un gruppo ha ricevuto cure mediche standard, un altro ha ricevuto un normale trattamento più un paio di reali terapie di agopuntura e un altro ancora la finta agopuntura che, tuttavia, è stata eseguita sui reali punti dell'agopuntura.

Il trattamento è durato due mesi. Nelle prime tre settimane la terapia è stata fatta due volte a settimana. Nelle restanti, una volta a settimana.

Dopo otto settimane il 60% dei pazienti trattati con l'agopuntura vera e quelli trattati con l'agopuntura finta hanno mostrato un'esperienza clinicamente significativa di miglioramento, contro il 39% dei pazienti trattati con un normale trattamento. Per valutare efficacemente i valori di riduzione del dolore nei diversi tipi di cura (classico o per mezzo dell'agopuntura) sono stati rilevati i dati anche un anno dopo la terapia.

I ricercatori suggeriscono come il fatto che la finta agopuntura abbia avuto effetti analoghi a quella vera sia probabilmente da ricercare nel collegamento tra mente e corpo che potrebbe avere importanti effetti sulle patologie ancora da comprendere appieno. La dr.ssa Josephine Briggs, direttore del US National Centre for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM), ha dichiarato che «i risultati di questa ricerca dimostrano che l'agopuntura e trattamenti similari, incluse le simulazioni, possono offrire positivi responsi».

[Fonte](#)