



Agopuntura per il dolore cervicale cronico

Data 22 dicembre 2007
Categoria ortopedia

L'agopuntura sembra utile a ridurre il dolore e la disabilità nella cervicalgia cronica.

In questo studio sono stati reclutati 14.161 pazienti con dolore cronico cervicale. Criteri di esclusione erano un'ernia discale cervicale con segni neurologici, dolore cervicale causato da malattie neoplastiche o autoimmunitarie, fratture osteoporotiche, stenosi del canale spinale. Di tutti i pazienti arruolati 3.451 hanno accettato di essere randomizzati (agopuntura subito oppure gruppo di controllo, nel quale si eseguiva l'agopuntura dopo 3 mesi), i rimanenti (gruppo non randomizzato) sono stati trattati con agopuntura. La maggior parte dei pazienti è stata trattata con 5-10 sedute di agopuntura. In tutti i gruppi era permesso l'uso della cosiddetta "usual care", a discrezione del medico curante.

Dopo 3 mesi il miglioramento del dolore e della disabilità era più evidente nel gruppo randomizzato ad agopuntura: era migliorato il 56,5% vs 21,6%. Il miglioramento era ancora più evidente nel gruppo dei non randomizzati, anche rispetto al gruppo randomizzato subito ad agopuntura. Nel gruppo randomizzato ad agopuntura differita quest'ultima migliorava a distanza di altri 3 mesi gli esiti che si dimostravano comunque sempre migliori nel gruppo che aveva praticato l'agopuntura subito.

Non influenzava il risultato la preparazione e l'esperienza del medico che praticava l'agopuntura (si trattava di medici di famiglia che avevano partecipato a corsi di formazione ed avevano ottenuto il relativo diploma). Non sono stati registrati effetti collaterali gravi, quelli più comuni essendo rappresentati da dolore locale e sanguinamenti lievi.

Fonte:

Witt CM et al. Acupuncture for patients with Chronic neck pain. Pain 2006; 125: 98-106

Commento di Renato Rossi

Lo studio è importante, data la casistica. Tuttavia vi sono dei limiti: il beneficio dell'agopuntura era più evidente nel gruppo non randomizzato rispetto a quello randomizzato ad agopuntura subito, il che si può spiegare con il fatto che chi non aveva accettato la randomizzazione era già favorevolmente predisposto verso l'agopuntura (bias di autoselezione). Inoltre lo studio non era in cieco perché nel gruppo di controllo non venne praticata un'agopuntura simulata.

Gli studi precedenti hanno fornito risultati contrastanti sull'efficacia dell'agopuntura nel dolore cervicale cronico, ma una revisione Cochrane di 10 RCT conclude che vi sono evidenze modeste che l'agopuntura, almeno nel breve termine, è più efficace delle tecniche simulate o del non trattamento.

In ogni caso si tratta di una patologia frequente, che provoca dolore, disabilità e riduzione della qualità di vita. Se non esistono patologie sottostanti, la causa va ricercata in una contrattura dolorosa della muscolatura del collo (errate posizioni mantenute a lungo oppure tensioni di tipo psicologico). Spesso i farmaci sono inefficaci e sono i pazienti stessi che cercano trattamenti alternativi (fisioterapia, omeopatia, ecc.). Allora può trovare uno spazio anche l'agopuntura, pur se non si può escludere un certo effetto di autosuggestione. D'altra parte il dolore è un'esperienza soggettiva e solo il malato può giudicare dell'efficacia del trattamento. Se non altro l'agopuntura non provoca effetti collaterali gravi, cosa che non sempre si può dire dei farmaci.

Referenze

1. Kien T et al. Acupuncture for Neck Disorders. Spine 2007 Jan 15; 32:236-243