

# **ACUPUNTURA PARA LA DIFICULTAD DE EMBARAZO. ESTUDIO DE UN CASO**

## ***ACUPUNCTURE FOR DIFFICULTY OF PREGNANCY. CASE STUDY***

**Autora: Pujadas Lafarga, Teresa**

**Graduada Universitaria en Enfermería.**

**Máster en Medicina Tradicional China y Acupuntura.**

**Servei d'Atenció Integral a Domicili. Badalona Serveis Assistencials.**

**Núm. Colegiado: 08-44.17; Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Barcelona  
Año: 2016**

### **Resumen:**

Se presenta un caso de una mujer que desde hace un año intenta quedar embarazada. Presenta dismenorrea, ansiedad y lumbalgia. El diagnóstico principal es deficiencia de Yin y Yang de R y BP, se realizaron 11 sesiones. A la octava sesión el test de embarazo es positivo y a partir de entonces, se continúa tonificando el Yin para ayudar a mantener el embarazo hasta las 12 semanas.

### **Palabras clave:**

Acupuntura, dificultad de embarazo, ansiedad, lumbalgia

---

### **Abstract:**

A case of a woman who is trying to get pregnant a year ago is presented. It presents dysmenorrhea, anxiety and back pain. Diagnosis main is a deficiency of Yin and Yang of K and SP, 11 sessions were held. At the eighth session, the pregnancy test is positive and thereafter, is continued to toning the Yin to help maintain pregnancy until 12 weeks.

### **Keywords:**

Acupuncture, difficulty of pregnancy, anxiety, back pain

---

### **CASO CLÍNICO:**

Mujer de 35 años, trabaja como Psicóloga 8h/día. Estudia un Máster a distancia. Vive con su pareja desde hace 10 años.

### **Motivo de consulta:**

1. Desde hace un año intenta quedar-se embarazada. Ciclos menstruales habitualmente regulares de 28 días. En el último año, cree que ha quedado embarazada en dos ocasiones porque el ciclo se alargaba hasta 35 días y la regla era de más cantidad y con coágulos, sospechando posibles abortamientos. Las

analíticas básicas de salud de la paciente y su pareja son normales, y antes de ir al ginecólogo, quieren probar con acupuntura.

Otros síntomas que presenta actualmente:

2. Dismenorrea el primer día. Menarquía a los 12 años: ciclos 28-30 días, duración 7 días, 2-3 primeros días con más sangrado. No dismenorrea inicialmente. A partir de los 20 años dismenorrea los dos primeros días y síndrome premenstrual con dolor en las mamas. Tomaba analgésicos y antiinflamatorios. A los 26 años el ginecólogo recomienda anticonceptivos para tratar la dismenorrea, los toma durante un año. A los 31, inicia tratamiento natural: zinc, cobre y aceite de onagra y mejora la dismenorrea.
3. Ansiedad y estrés laboral. Se siente muy activa a nivel intelectual. Muy sensible, llora fácilmente.
4. Vitíligo en párpados. Desde los 16 años: primera mancha en un ojo. De los 16 a los 20 años aumenta alrededor de los dos ojos (párpados canal de B).
5. Intolerancia a los lácteos
6. Lumbalgia: a los 20 años primer episodio de lumbalgia aguda. De los 20 a los 30 años lumbalgias agudas ocasionales. Refiere que era su "punto débil". Actualmente se cuida mucho y sola presenta dolores leves ocasionales de sobrecarga pero no ha vuelto a quedarse "clavada".

### **Antecedentes personales:**

- Infancia: otitis, varicela, rubéola, parotiditis, alguna caries.
- 6 años: caída, fisura tibial izquierda.
- 10 años: neumonía, tratada con antibióticos orales.
- 11 años: diagnosticada de escoliosis.
- 12 años: Fractura 5º metacarpo de la mano derecha.
- 25 años: 7 episodios de infecciones urinarias en un año, hizo tratamiento con antibióticos orales. Ecografía de riñón: litiasis.
- 31 años: candidiasis vaginal, tratada con antifúngicos y solucionada.

### **Hábitos:**

**Dieta:** todos los grupos de alimentos excepto lácteos por intolerancia. Cambio en la alimentación a los 28 años (más equilibrada y ecológica).

**Deposiciones:** diarias. Consistencia normal. Antecedentes de estreñimiento durante la infancia.

**Horas de sueño:** duerme bien 8h/día, no siesta.

**Hábitos tóxicos:** un café al día.

**Ejercicio físico:** camina mucho diariamente.

### **Antecedentes familiares:**

**Padre:** 59 años, obesidad. Diabetes Mellitus II.

**Madre:** 54 años, Hepatitis A a los 20 años.

**Hermanos:** tiene hermanos más pequeños. Hermana de 30 años y hermano de 16 años sanos.

### **Exploración:**

**Aspecto general:** peso normal, buen aspecto general.

**Lengua:** rosada, capa blanca y fina. Punta roja.

**Pulsos:** más débil en B y R.

### **Diagnóstico energético según la Teoría de los 5 Elementos:**

- MADERA: no presenta síntomas.
- FUEGO: ansiedad y estrés por exceso de Yang C.
- TIERRA: déficit de Yin y Yang B (intolerancias alimentarias, abortamientos?). Vitíligo en párpados (canal de B).
- METAL: muy sensible, tendencia al estreñimiento, vitíligo (falta de Yang P/ IG)
- AGUA: deficiencia de Yin R por dismenorrea y litiasis. También probable falta de Yang R por lumbalgias.

### **Tratamiento, puntos elegidos y función energética:**

#### **FUEGO:**

Puntos para dispersar el Yang C y calmar la mente.

- VG20: punto sintomático para obtener calma y tranquilidad.
- Yin Trang: punto curioso, calma la mente.
- VC17: Mo de MC, tonifica el Yin MC
- MC6: Punto Lo de MC, aumenta el Yin MC y disminuye el Yang TR.
- C5 (alternativo con MC6): punto Lo de C, aumenta el Yin C y disminuye el Yang ID.

#### **TIERRA:**

Puntos para tonificar el Yin y Yang B:

- V20: punto Shu de B, tonifica el Yang de B
- H13: punto Mo de B, tonifica el Yin de B

#### **METAL:**

Para tratar el vitíligo, se tendría que tonificar el Yang de Metal y el Yang del canal afectado. En este caso, el vitíligo no era el motivo de consulta, pero nos aporta información del estado energético en este elemento.

#### **AGUA:**

Puntos para tonificar la energía Yin y Yang R:

- V23: punto Shu de R, tonifica el Yang de R
- VB25: punto Mo de R, tonifica el Yin de R
- B6: punto de reunión de los 3 canales Yin del pie. Punto que refuerza la energía Yin general de la parte inferior del cuerpo.
- R7: punto de tonificación de R, aumenta el Yin de R, disminuye el Yin de P.

### **Otros consejos:**

**Dieta:** se recomendó una dieta rica en cereales y hacer 5 comidas al día para equilibrar la energía de Tierra, tonificando el Yang de B. También incluir alimentos que tonifiquen la energía de R (sopas de pescado).

**Hábitos:** realizar de curva de temperatura.

## **Evolución:**

Se realizaron un total de 11 sesiones semanales y posteriormente quincenales durante 3 meses y medio.

- Sesión 1: VG20, Yin Trang, VC17, B6. Para tratar la ansiedad y prevención de dismenorrea.
- Sesión 2: explica que le ha bajado la regla hace 3 días, dismenorrea leve, inicia curva de temperatura. Añado puntos para tonificar el Qi de B y R. VG20, Yin Trang, VC17, B6, V20, H13, V23, VB25.
- Sesión 3 y 4: mismos puntos que en la segunda sesión.
- Sesión 5: fase de ovulación según curva de temperatura y tipo de flujo vaginal. Me centro más en tonificar el Yin de R per favorecer la segunda fase del ciclo menstrual. VG20, Yin Trang, VC17, B6, VB25, R7.
- Sesión 6 y 7: VG20, Yin Trang, VC17, B6, VB25, R7, H13.
- Sesión 8 y 9: test de embarazo positivo, ya no utilizo el punto B6. Puntos utilizados: VG20, Yin Trang, VC17, VB25, R7, H13.
- Sesión 10: sigo con los mismos puntos, añadido MC6 por sensación de náuseas, enseñó digitopuntura en este punto. Se refuerza dieta con cereales.
- Sesión 11: embarazo de 12 semanas, dos ecografías normales, seguimiento por comadrona. VG20, Yin Trang, VC17, C5. Alta.

Se informó a la paciente que se le daba de alta y que en caso de presentar algún síntoma o molestia asociada al embarazo (náuseas, lumbalgia, mal posición fetal,...) se podría realizar tratamiento con acupuntura.

Los siguientes meses, el embarazo fue normal y no fue necesario realizar más sesiones. El parto fue normal y el niño nació sano.

---