Agopuntura per la cefalea

Data 20 settembre 2009
Categoria neurologia

L'agopuntura è un' opzione efficace non farmacologica nei pazienti con emicrania e cefalea tensiva, ma rimangono dubbi sulla superiorità rispetto all'agopuntura simulata.

Due revisioni Cochrane hanno valutato l'efficacia dell'agopuntura nella cefalea. Le due revisioni rappresentano un aggiornamento di analoghi lavori datati 2001.
Nella prima è stata considerata l' agopuntura per la profilassi dell'emicrania (22 trials per 4419 pazienti). Rispetto alla versione precedente vi sono 12 studi in più. Le evidenze suggeriscono che l'agopuntura porta a benefici aggiuntivi rispetto alla terapia usuale nell' emicrania acuta, tuttavia non vi sono prove che l'agopuntura "vera" sia superiore a quella "simulata". Vi sono prove che l'agopuntura è efficace almeno, se non di più, del trattamento profilattico con farmaci, con minor effetti collaterali. Pertanto gli autori concludono che l'agopuntura dovrebbe essere considerata come un' opzione per i pazienti che necessitano di trattamento profilattico.
Nella seconda revisione è stata considerata la cefalea tensiva. Sono stati ritrovati 11 trials per un totale di 2317 pazienti (sei studi in più rispetto alla versione precedente). Gli autori concludono che l'agopuntura dovrebbe essere un' opzione non farmacologica per i pazienti con episodi frequenti o con forme croniche di cefalea tensiva. In confronto all'agopuntura simulata quella "vera" ha dimostrato una superiorità piccola, ma significativa.

Fonte:

1. Linde K et al. Acupuncture for migraine prophylaxis. Cochrane Database Syst Rev. 2009 Jan 21;(1):CD001218
2. Linde K et al. Acupuncture for tension-type headache. Cochrane Database Syst Rev. 2009 Jan 21; (1):CD007587.

Commento di Renato Rossi

Secondo le due revisioni Cochrane l'agopuntura funziona, in circa il 50% dei pazienti, sia nella cefalea di tipo emicranico che in quella tensiva. Detto questo, rimane il problema che già altri studi avevano evidenziato: funziona anche l'agopuntura simulata, cioè effettuata ponendo gli aghi a caso, quindi in punti non corrispondenti a quelli previsti dalla medicina tradizionale cinese. Nell'emicrania la revisione non ha trovato differenze tra agopuntura "vera" e "simulata", nella cefalea tensiva l'agopuntra "vera" ha ottenuto un beneficio maggiore, ma di entità modesta.
Sono possibili due spiegazioni. La prima è che l'infissione degli aghi funzioni comunque, attivando meccanismi di tipo neuro-ormonale, indipendentemente dai punti scelti. La seconda è che si tratti di un puro effetto placebo legato alla particolare metodica dell'agopuntura ed alle aspettative del paziente.
I sostenitori dell'agopuntura classica hanno già obiettato che molti studi compresi nelle revisioni erano stati effettuati utilizzando medici poco esperti della metodica e questo spiegherebbe perchè non si sono ottenuti risultati molto più favorevoli all'agopuntura "vera". Il dibattito ovviamente continua. Per il medico pratico però è importante sapere che, qualsiasi sia il meccanismo d'azione dell'agopuntura, si tratta di una scelta possibile, tra l'altro gravata da minori effetti collaterali rispetto ai farmaci.
In genere si attuano 10 o più sedute di agopuntura, ognuna della durata di circa mezz'ora, ed il miglioramento della cefalea può persistere per sei o più mesi.