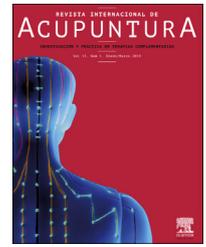




Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID-19. The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect, the company's public news and information website.

Elsevier hereby grants permission to make all its COVID-19-related research that is available on the COVID-19 resource centre - including this research content - immediately available in PubMed Central and other publicly funded repositories, such as the WHO COVID database with rights for unrestricted research re-use and analyses in any form or by any means with acknowledgement of the original source. These permissions are granted for free by Elsevier for as long as the COVID-19 resource centre remains active.



Guía de práctica clínica

Guía sobre el uso de acupuntura y moxibustión para tratar COVID-19 (segunda edición)[☆]



Guidelines on acupuncture and moxibustion intervention for COVID-19 (second edition)

Grupo de expertos de la Asociación China de Acupuntura-Moxibustión[◇]

Asociación China de Acupuntura-Moxibustión, Beijing, China

Introducción

La COVID-19 es una enfermedad respiratoria aguda altamente infecciosa de fácil contagio que supone una seria amenaza para la vida y la salud de las personas.

Según la medicina tradicional china (MTC), la COVID-19 se enmarca dentro de la categoría de enfermedades “epidémicas”. Durante miles de años, la MTC ha acumulado una rica experiencia en la práctica médica a largo plazo en la lucha contra las epidemias. Como parte importante de la MTC, la acupuntura y la moxibustión presentan una serie de características distintivas y ventajas frente a otras terapias, y han hecho importantes contribuciones en la lucha contra las epidemias en China.

Existen diversos escritos de acupuntura y moxibustión para la prevención y el tratamiento de epidemias en los escritos clásicos de MTC. Por ejemplo, Sun Simiao (médico de la dinastía Tang) señala en su libro *Beiji Qianjin Yao Fang (Recetas valiosas en caso de emergencia)*: “Aquellos que viajan a zonas con alto riesgo de enfermedades infecciosas necesitan moxibustión y

moxibustión purulenta; así no serán infectados por la malaria o la malaria cálida”. En su *Compendio de Materia Médica*, Li Shizhen (médico de la dinastía Ming) explicó: “La *Artemisia argyi* para moxibustión puede suavizar la permeabilidad del meridiano, curar cientos de enfermedades y tratar a las personas que padecen enfermedades a largo plazo”. Estas dos obras muestran que la acupuntura puede prevenir y tratar enfermedades infecciosas. Los estudios clínicos y experimentales modernos muestran que la acupuntura-moxibustión puede además regular el sistema inmunitario y actuar contra la inflamación y la infección.

La acupuntura-moxibustión desempeña un papel activo en la prevención y el tratamiento de enfermedades infecciosas. Frente a COVID-19, la terapia con acupuntura y moxibustión ha ayudado de forma activa en la prevención y el control de la enfermedad con buenos resultados. Con una mayor comprensión de COVID-19 y la experiencia clínica en terapia con acupuntura y moxibustión —y de acuerdo con el “Plan de diagnóstico y tratamiento para COVID-19 (sexta versión de prueba)” y las indicaciones sobre la rehabilitación con MTC

[☆] Guía revisada y adaptada por la Dra. Marian Lorente.

Tras la publicación por parte de la Academia China de Acupuntura y Moxibustión del documento “Guía sobre el uso de acupuntura y moxibustión para tratar COVID-19 (segunda edición)”, y con el fin de apoyar las acciones a nivel global contra la epidemia, la secretaría de la Federación Mundial de Acupuntura y la Asociación de Moxibustión han traducido inmediatamente la guía al inglés: <https://exploreim.ucla.edu/wp-content/uploads/Guidelines-on-Acupuncture-and-Moxibustion-Intervention-for-COVID-19-second-edition-with-logo.pdf>. Revista *Internacional de Acupuntura* publica la guía en español para que pueda llegar a todos los profesionales. Dicha guía ha sido traducida al español por la Sra. Den Xin Jing, el Sr. Luis Roncero y el Prof. Chen ChunXin y revisada y adaptada por la Dra. Marian Lorente.

[◇] Esta guía ha sido elaborada por el Grupo de expertos de la Asociación China de Acupuntura-Moxibustión formado por los profesionales que se incluyen en el anexo 1.

<https://doi.org/10.1016/j.acu.2020.04.001>

1887-8369/© 2020 Publicado por Elsevier España, S.L.U.

durante la convalecencia de COVID-19 (versión de prueba) emitidas por la “Oficina General de la Comisión Nacional de Salud y la Oficina General de la Administración Nacional de Medicina Tradicional China”— se ha elaborado la “Guía sobre el uso de acupuntura y moxibustión para tratar COVID-19 (segunda edición)” como referencia para el personal médico en la implementación de acupuntura y en la orientación de los pacientes en casa.

Esta guía consta de tres partes principales:

- Principios de aplicación de la acupuntura.
- Métodos de aplicación de acupuntura y moxibustión.
- Intervención domiciliaria con acupuntura y moxibustión bajo supervisión médica.

Principios de aplicación de la acupuntura

1. Durante la época de epidemia, la aplicación de la acupuntura debe estar subordinada a la situación general y llevarse a cabo metódicamente bajo la dirección de instituciones médicas de todos los niveles. El tratamiento con acupuntura debe implementarse estrictamente de acuerdo con los requisitos de cuarentena y desinfección. En el caso de tratamiento con acupuntura para casos confirmados y en recuperación, varios pacientes pueden ser tratados en la misma habitación. Cuando se trata de casos sospechosos de contagio, se debe tratar a los pacientes en habitaciones separadas. La moxibustión puede usarse en condiciones seguras durante la aplicación de terapia de oxígeno con soporte respiratorio.
2. El diagnóstico clínico, las etapas, la clasificación y la diferenciación del síndrome mediante MTC para COVID-19 deberán seguir el plan de diagnóstico y tratamiento de COVID-19 emitido por la “Oficina General de la Comisión Nacional de Salud y la Oficina General de la Administración Nacional de Medicina Tradicional China”. Del mismo modo, se deben considerar las características de la acupuntura para que la aplicación sea más apropiada. COVID-19 es una de las “cinco epidemias” y es de fácil contagio, aunque “todas sean de fácil infección, independientemente de la edad, y los síntomas sean similares”. La epidemia penetra en el cuerpo humano a través de la boca y la nariz, y la mayoría de ellos invade primero el Pulmón, luego el Bazo, el Estómago y el Intestino Grueso, y los síntomas son relativamente leves; en una pequeña proporción de los afectados pasa al Pericardio, el Hígado y el Riñón, y estos enferman gravemente. La enfermedad cambia rápidamente y tiene una patogenia central clara y una evolución a síndrome. Mediante la estimulación de los puntos de acupuntura en las extremidades se llega a las vísceras internas del meridiano y las ramas colaterales externas, para atacar directamente el lugar donde se encuentra el virus, estimulando y fortaleciendo las vísceras y el Qi, separando y expulsando así a la epidemia. La acupuntura también se aplica para estimular el Qi al tiempo que mejora la protección de las vísceras y se reduce el daño sobre los órganos causado por la epidemia.
3. En función de la evolución de la patogénesis, la aplicación de la acupuntura se divide en 3 fases: observación médica,

tratamiento clínico y recuperación. Mediante la diferenciación de los síntomas que presentan los órganos y sobre qué meridianos, el tratamiento se aplicará principalmente sobre los puntos de acupuntura que coinciden con otros puntos de acupuntura de acuerdo con los propios síntomas clínicos, siguiendo el principio de “menos es más”. La aplicación de acupuntura o de moxibustión dependerá de las condiciones específicas de cada caso, siguiendo los principios de conveniencia, sencillez, seguridad y eficiencia. Crearemos condiciones adecuadas y se hará todo lo posible para aplicar la acupuntura durante todas las etapas clínicas. La acupuntura se puede usar junto con la medicina herbal en la fase de tratamiento clínico para desarrollar el papel de sinergia. El tratamiento de los pacientes en recuperación debe centrarse en la acupuntura, por lo que se recomienda abrir nuevas clínicas de rehabilitación mediante acupuntura para tratar COVID-19.

4. La selección de los puntos de acupuntura y la forma de aplicación está basada en la evidencia recogida en textos de la antigüedad, en los estudios clínicos y en estudios básicos realizados actualmente, e incorpora los resultados de estudios de acupuntura mostrados en estudios anteriores para mejorar la función pulmonar, regular la inmunidad innata, los factores antiinflamatorios y proinflamatorios, activando la ruta vagal-colinérgica antiinflamatoria y regulando el sistema respiratorio, superando así los daños producidos por la inflamación pulmonar.
5. Se debe enseñar y animar a los pacientes a realizar moxibustión, aplicar presión y masajes sobre puntos de acupuntura, etc., bajo la orientación de profesionales de la acupuntura, mediante el uso de Internet, terminales móviles y aplicaciones móviles tales como WatChat u otras para lograr un tratamiento que ayude en la enfermedad y estimule la recuperación física y mental. Se ha de prestar atención a la comunicación y el seguimiento entre el médico y el paciente, así como a la recopilación, resumen, análisis de los datos de diagnóstico y tratamiento de manera oportuna y completa.

Métodos de aplicación de acupuntura y moxibustión

Fase de observación médica (casos sospechosos de contagio)

Objetivo: estimular el Qi vital y las funciones del Pulmón y el Bazo. Descargar, separar y eliminar los agentes patógenos para mejorar la capacidad de defensa de las vísceras contra los agentes patógenos.

Puntos de acupuntura principales:

- Grupo 1: Fengmen (V 12), Feishu (V13) y Pishu (V 20).
- Grupo 2: Hegu (IG 4), Quchi (IG 11), Chize (P 5) y Yuji (P 10).
- Grupo 3: Qihai (Ren Mai 6), Zusanli (E 36) y Sanyinjiao (B 6).

En cada aplicación hay que seleccionar 1 o 2 puntos de cada grupo de puntos de acupuntura.

Puntos de combinación:

- Síntomas conjuntos de fiebre, garganta seca y tos seca, coincidencia con *Dazhui* (Du Mai 14), *Tiantu* (Ren Mai 22) y *Kongzui* (P 6).
- Síntomas conjuntos de náuseas y vómitos, heces sueltas, recubrimiento graso de la lengua y pulso suave, coincidencia con *Zhongwan* (Ren Mai 12), *Tianshu* (E 25) y *Fenglong* (E 40).
- Síntomas conjuntos de fatiga, debilidad e inapetencia, coincidencia con *Zhongwan* (Ren Mai 12), los 4 puntos alrededor del ombligo (1 pulgada a cada lado del ombligo) y *Pishu* (V20).
- Síntomas conjuntos de secreción nasal clara, dolor en el hombro y la espalda, lengua pálida con recubrimiento blanco y pulso lento, coincidencia con *Tianzhu* (V 10), *Fengmen* (V 12) y *Dazhui* (Du Mai 14).

Fase de tratamiento clínico (casos confirmados)

Objetivo: estimular el Qi vital del Pulmón y el Bazo, proteger las vísceras y reducir los daños provocados, disipar la influencia de los patógenos y “reforzar la tierra para generar metal”, con el fin de detener la tendencia de la enfermedad, mejorar el estado de ánimo y la confianza para superar la enfermedad.

Puntos de acupuntura principales:

- Grupo 1: *Hegu* (IG 4), *Taichong* (H 3), *Tiantu* (Ren Mai 22), *Chize* (P 5), *Kongzui* (P 6), *Zusanli* (E 36) y *Sanyinjiao* (B 6).
- Grupo 2: *Dazhu* (V 11), *Fengmen* (V 12), *Feishu* (V13), *Xinshu* (V 15) y *Geshu* (V 17).
- Grupo 3: *Zhongfu* (P 1), *Danzhong* (Ren Mai 17), *Qihai* (Ren Mai 6), *Guanyuan* (Ren Mai 4) y *Zhongwan* (Ren Mai 12).

Para tratar casos de baja gravedad y generales hay que seleccionar cada vez de 2 a 3 puntos principales en los grupos 1 y 2. Para tratar casos graves, seleccionar 2 o 3 puntos principales en el grupo 3.

Puntos de combinación:

- Síntomas conjuntos de fiebre prolongada, coincidencia con *Dazhui* (Du Mai 14), *Quchi* (IG11); o sangrar el lóbulo auricular y de la yema del dedo.
- Síntomas conjuntos de opresión en el pecho, dificultad para respirar, coincidencia con *Neiguan* (P 6) y *Lieque* (P 7); o *Juque* (Ren Mai 14), *Qimen* (H 14) y *Zhaohai* (R 6).
- Síntomas conjuntos de tos con flema, coincidencia con *Lieque* (P 7), *Fenglong* (E 40) y *Dingchuan* (EXB 1).
- Síntomas conjuntos de diarrea, heces blandas, coincidencia con *Tianshu* (E 25) y *Shangjuxu* (E 37).
- Síntomas conjuntos de tos con flema pegajosa o amarilla, estreñimiento, coincidencia con *Tiantu* (Ren Mai 22), *Zhigou* (SJ 6), *Tianshu* (E 25) y *Fenglong* (E 40).
- Síntomas conjuntos de fiebre baja, fiebre oculta o incluso sin fiebre, vómitos, heces blandas, lengua pálida o rosa pálida con recubrimiento graso blanco, añadir los puntos *Feishu* (V13), *Tianshu* (E 25), *Fujie* (B 14) y *Neiguan* (P 6).

Fase de recuperación

Objetivo: eliminar el virus residual, restaurar la vitalidad y reparar las funciones de las vísceras, como el Pulmón y el Bazo.

Puntos principales: *Neiguan* (P 6), *Zusanli* (E 36), *Zhongwan* (Ren Mai 12), *Tianshu* (E 25) y *Qihai* (Ren Mai 6).

Principales síndromes:

1. Debilidad del Qi de Pulmón y Bazo. Síntomas como falta de aliento, fatiga, falta de apetito y vómitos, distensión estomacal, falta de fuerza para defecar, heces sueltas, lengua ligeramente grasa con recubrimiento grasiento blanco. Para pacientes con síntomas muy claros, como opresión en el pecho y dificultad para respirar, combinar con *Danzhong* (Ren Mai 17), *Feishu* (V13) y *Zhongfu* (P 1). Para pacientes con síntomas claros en Bazo y Estómago, como indigestión y diarrea, combinar con *Shangwan* (Ren Mai 13) y *Yinlingquan* (B 9).
2. Deficiencia de Qi y Yin. Síntomas como debilidad, boca seca, sed, palpitaciones, sudoración excesiva, falta de apetito, fiebre baja o nula, tos seca con poca flema, lengua seca con menos saliva, pulso fino o débil. Para pacientes con debilidad obvia y dificultad para respirar, combinar con *Danzhong* (Ren Mai 17) y *Shenque* (Ren Mai 8). Para aquellos con boca seca y sed, combinar con *Taixi* (R 3) y *Yangchi* (SJ 4). Para aquellos con palpitaciones, combinar con *Xinshu* (V 15) y *Jueyinshu* (V 14). Para pacientes con sudoración excesiva, combinar con *Hegu* (IG 4), *Fuliu* (R 7) y *Zusanli* (E 36). Para pacientes con insomnio, combinar con *Shenmen* (C 7), *Yintang*, *Anmian* (EX) y *Yongquan* (R 1).
3. Deficiencia en Pulmón y Bazo. Estasis de flema que provoca bloqueo en los meridianos y produce síntomas como opresión en el pecho, dificultad para respirar, falta de aliento, fatiga, sudoración al moverse, tos con flema, flema bloqueada, piel seca escamosa, fatiga mental, falta de apetito, etc., combinar con los puntos *Feishu* (V 13), *Pishu* (V 20), *Xinshu* (V 15), *Geshu* (V 17), *Shenshu* (V23), *Zhongfu* (P 1) y *Danzhong* (Ren Mai 17). Para aquellos con flema bloqueada, combinar con *Fenglong* (E 40) y *Dingchuan* (EXB 1).

Método de aplicación de acupuntura y moxibustión

Hay que elegir el método más adecuado en función del entorno de implementación. Durante las fases anteriores, se recomienda optar por el uso individual de acupuntura o de moxibustión; combinar ambos o combinarlos con la aplicación de puntos de acupuntura, acupuntura auricular, inyección en los puntos de acupuntura, raspado, masaje pediátrico, acupresión, etc., en función de la situación particular del paciente.

La puntura se realizará con un método de refuerzo y reducción suave. Las agujas deben dejarse en cada punto de 20 a 30 min. Aplicar moxibustión en cada punto de 10 a 15 min. El tratamiento se aplicará una vez al día. Para aplicaciones específicas, se recomienda consultar el “Estándar nacional de aplicaciones con acupuntura y moxibustión” y los datos clínicos al respecto.

Intervención domiciliaria con acupuntura y moxibustión bajo supervisión médica

Para ayudar a prevenir y controlar la epidemia de COVID-19, además de reducir las salidas, evitar el contagio cruzado, bloquear la fuente de infección y garantizar la seguridad

—tanto de los pacientes en cuarentena domiciliaria como de los que reciben el alta en el hospital— se pueden realizar intervenciones de acupuntura-moxibustión *online*, orientación y divulgación y educación científica; siempre bajo la guía de profesionales.

Terapia de moxibustión

Se aplica moxibustión en *Zusanli* (E 36), *Neiguan* (P 6), *Hegu* (IG 4), *Qihai* (Ren Mai 6), *Guanyuan* (Ren Mai 4) y *Sanyinjiao* (B 6). Cada aplicación de moxibustión tendrá una duración de unos 10 min.

Terapia de aplicación

Consiste en aplicar pasta caliente de moxibustión o crema de moxibustión caliente en puntos como *Zusanli* (E 36), *Neiguan* (P 6), *Qihai* (Ren Mai 6), *Guanyuan* (Ren Mai 4), *Feishu* (V13), *Fengmen* (V 12), *Pishu* (V 20) y *Dazhui* (Du Mai 14).

Masaje de meridianos

Se utilizan métodos como amasar, presionar, frotar, golpear, dar palmadas en el meridiano del Pulmón y el del Corazón (extremidades superiores) y el meridiano del Bazo y el del Estómago (por debajo de la rodilla). De 15 a 20 min para cada operación. Es normal sentir molestia en la parte donde se aplica el masaje.

Ejercicios tradicionales

Hay que practicar ejercicios tradicionales adecuados en función del estado de recuperación, como *Yi Jin Jing* (Clásico de transformación de tendones y músculos), *Tai Chi*, *Ba Duan Jin* (Brocado de ocho piezas), *Wu Qin Xi* (Ejercicio de los cinco animales), etc. Se deben llevar a cabo una vez al día, entre 15 y 30 min cada vez.

Salud mental

Es conveniente regular las emociones. Se pueden utilizar puntos auriculares, moxibustión, masajes, dieta medicada, té de hierbas, baño de hierbas, música y otros métodos para relajarse (tanto física como mentalmente), aliviar la ansiedad o ayudar a conciliar el sueño.

Baño de pies

Se debe preparar el baño con hierbas medicinales chinas que tengan la función de expulsar el Viento y el Calor para eliminar los patógenos. Se toman 15 g de *Nepeta cataria*, ajeno, menta, planta camaleón, hoja de la hierba pastel, *Eupatorium fortunei*, *Acorus tatarinowii*, *Polygonum flaccidum*, *radix curcumae* y clavo, junto con 3 g de borneol y se llevan a ebullición para hacer una decocción. Una vez hecha, se vierte en una palangana, se agrega un poco de agua tibia, se espera hasta que se enfríe (a aproximadamente 38-45 °C) y se sumergen los pies durante unos 30 min.

Anexo A. Autoría

Consejeros:

Shi Xuemin, Tong Xiaolin y Sun Guojie.

Director del grupo de expertos:

Liu Baoyan y Wang Hua.

Miembros del grupo de expertos:

Xiaochun Yu, Wu Huanyu, Gao Shuzhong, Wang Linpeng, Fang Jianqiao, Yu Shuguang, Liang Fanrong, Ji Laixi, Jing Xianghong, Zhou Zhongyu, Ma Jun, Chang Xiaorong, Zhang Wei, Yang Jun, Chen Rixin, Zhao Jiping, Zhao Hong, Zhao Baixiao, Wang Fuchun, Liang Fengxia, Li Xiaodong, Yang Yi, Liu Weihong y Wen Biling.