

## Acupuntura: la primera consulta

[www.yvanmet.net](http://www.yvanmet.net)

**Dr. Manuel Ignacio Yzuel Sanz**  
Doctor en Medicina. Acupuntor

**E**n este final de siglo que nos toca vivir, estamos asistiendo a un resurgimiento de las terapias naturales en medicina, como respuesta a un cambio de mentalidad general respecto a la forma de tratar las enfermedades, evitando en lo posible los tratamientos agresivos.

Por eso, no resulta extraño que ante cualquier comentario sobre el decaimiento de nuestra salud; algún amigo, familiar o compañero de espera nos sugiera acudir a un médico acupuntor, para encontrar remedio a nuestra dolencia. Avalando la eficacia del tratamiento, con frecuencia, en su propia mejoría, lo cual suele ser la mejor referencia.

La experiencia me dice que si nunca ha sido paciente de acupuntura o no la conoce, una especie de desazón le recorrerá el cuerpo. El miedo a los pinchazos, que recuerda con desagrado de las inyecciones, unido a la incertidumbre ante lo desconocido le harán rechazar la idea de entrada o cuando menos contemplarla como una posibilidad remota.

Sin embargo después de la primera cita, comprobará que sus temores eran infundados y para ello le invito a que vivamos juntos en estas líneas una primera consulta con un médico especializado en acupuntura. Lo primero que deberemos hacer será llamar por teléfono para comentarle brevemente nuestra dolencia, la acupuntura es muy eficaz cuando está bien indicada, por eso es importante saber si la acupuntura puede ayudarnos en nuestra dolencia, dado que no es una panacea y hay muchas enfermedades en las que resulta ineficaz o muy poco útil.

Una vez solicitada la consulta, estamos ya en un despacho donde el médico acupuntor nos realizará la historia clínica. No espere ver cortinas rojas ni dragones pintados, afortunadamente eso se ha quedado en las películas y en los restaurantes. Tampoco busque kimonos ni humo de incienso porque, como en toda consulta médica se ruega no fumar.

La historia clínica en acupuntura es larga y detallada. Además de hablar de su dolencia concreta, el médico-acupuntor mediante el interrogatorio, revisará todas las funciones generales de su cuerpo, no olvide que la acupuntura tiene su máxima indicación en las enfermedades funcionales. Así que no se extrañe si le pregunta sobre si es friolero, su color de preferencia, el clima que peor le sienta o el sabor que más le gusta. El sabrá interpretar sus respuestas para valorar el estado actual de su salud.

Así mismo revisará con usted sus hábitos de dieta, de vida, sus horarios, la historia de sus enfermedades y las de su familia. Tomará nota de la medicación que está tomando y le aconsejará sobre ella como si fuera su médico de cabecera. Después del interrogatorio le pasarán a una cabina donde deberá desvestirse y tumbarse sobre una camilla. Su médico acupuntor le hará una exploración general como si fuera un chequeo. Pero además, no se sorprenda si se detiene minuciosamente palpándole la espalda y el abdomen o si meticulosamente y con paciencia emplea largo rato en tomarle los pulsos en diversas partes del cuerpo. También valorará detenidamente su lengua, su piel y la forma y estructura de sus manos y pies.

Tras la exploración su médico-acupuntor le va a informar de las expectativas del tratamiento, es decir, cuánto tiempo va a necesitar de tratamiento, con qué frecuencia le tendrá que aplicar las agujas y en dependencia de su dolencia qué posibilidades de curación o mejoría existen. También le aconsejará si debe hacer algún cambio en sus hábitos para ayudarse en su problema, como dieta, ejercicios, horarios, etc.

Por fin, le aplicarán la primera sesión de acupuntura. Una aguja de acupuntura no tiene nada que ver con una aguja hipodérmica, de inyecciones. Dado que esta, es cuatro veces más gruesa que la primera. La aguja de acupuntura es maciza, no introduce ninguna sustancia, es flexible como un pelo y es puntiaguda. Está afilada como la punta de un lapicero, por lo que no rasga las fibras cuando las atraviesa. Suele ser de acero inoxidable con mango de cobre, acero o plata. Suele ser de un solo uso o bien se esteriliza y se guarda en un tubo estéril con su número de historia clínica. La mayoría de las consultas utilizan material desechable.

La punción de la aguja tampoco tiene nada que ver con las inyecciones, dado que la aguja se aplica directamente o bien con un fiador, que la dispara tan rápido que no produce ninguna sensación. Cuando la punta de la aguja toca el nervio se produce una sensación instantánea como una pequeña rampa eléctrica que se agota inmediatamente; es lo que los chinos llaman "la llegada del chi" a veces se nota correr a lo largo del brazo o pierna, o bien se nota en el punto pinchado.

La sesión dura entre 20 y 30 minutos, las agujas en este tiempo no deben producir ningún dolor y si lo hacen el médico debe corregir la posición de la aguja dolorosa. Pasar este tiempo tumbado en una camilla en reposo, como si estuviera tomando el sol en la playa, a 22-24 grados, con música ambiental y silencio no es ninguna mala experiencia. Es probable que su médico aproveche para enseñarle algún ejercicio de relajación y que de vez en cuando estimule las agujas con la mano, moviéndolas o mediante una pequeña estimulación eléctrica. Cuando la aguja es retirada de la piel, no deja ninguna marca y a los pocos minutos ni usted mismo sabrá dónde se la pusieron.

Bien pues, su primer día de consulta de acupuntura ha terminado. Espero que esté de acuerdo conmigo en que sus temores eran infundados. Por fortuna, la acupuntura hoy ha dejado de ser algo misterioso y esotérico para convertirse en una ciencia joven, a pesar de su milenaria tradición, al servicio de su salud.