

ARTÍCULO ORIGINAL

Efectividad de la reflexología podal en pacientes con artrosis cervical

Effectiveness of podal reflexology in patients with cervical osteoarthritis

Dra. Marbelis Barthelemy Velázquez, Dr. Joaquín Maturell Lorenzo, Dr. Ernesto Sánchez Hernández, Dra. Bertha Ileana Torres Reyes y Dra. Sarais Durán Fernández

Hospital Clínicoquirúrgico Docente "Dr. Joaquín Castillo Duany", Universidad de Ciencias Médicas, Santiago de Cuba, Cuba.

RESUMEN

Se realizó una intervención terapéutica en 118 pacientes con artrosis cervical, atendidos en el Servicio de Rehabilitación Integral del Hospital Clínicoquirúrgico Docente "Dr. Joaquín Castillo Duany" de Santiago de Cuba, desde julio de 2013 hasta diciembre de 2014, para evaluar la efectividad de la reflexología podal como modalidad de tratamiento. La muestra fue dividida en 2 grupos (de estudio y control), de 54 integrantes cada uno, pareados por edad y sexo. En ambos grupos, el mayor número de afectados superó los 50 años de edad; asimismo, poco más de dos tercios de los individuos seleccionados mejoraron a los 7 días de evolución y en tan solo 3 sesiones de tratamiento, hasta la resolución definitiva a los 21 días (9 sesiones). Se registró una reacción adversa y se concluyó que esta terapia garantiza una mejoría significativa de los síntomas, de ahí su elevada efectividad, sin consumo excesivo de tiempo.

Palabras clave: reflexología podal, artrosis cervical, terapia complementaria, intervención terapéutica, atención secundaria de salud.

ABSTRACT

A therapeutic intervention in 118 patients with cervical osteoarthritis was carried out. They were assisted in the Comprehensive Rehabilitation Service of "Dr. Joaquín Castillo Duany" Teaching Clinical Surgical Hospital in Santiago de Cuba, from July, 2013 to December, 2014, to evaluate the effectiveness of podal reflexology as a treatment modality. The sample was divided in 2 groups (study group and control group), of 54 members each, paired by age and sex. In both groups, the highest number of affected patients were over 50 years; also, a little more than two thirds of the selected individuals improved at 7 days of the clinical course and with only 3 treatment sessions, until the definitive resolution at 21 days (9 sessions). An adverse effect was registered and it was concluded that this therapy guarantees a significant improvement of symptoms, so its high effectiveness, without excessive consumption of time.

Key words: podal reflexology, cervical osteoarthritis, complementary therapy, therapeutic intervention, secondary health care.

INTRODUCCIÓN

Alrededor de 10 % de la población adulta ha padecido de cervicalgia en algún momento de su vida, asociado al tipo de trabajo o actividades deportivas. Es frecuente la pérdida de días de labor por esta causa y solo alrededor de 1% de los afectados desarrollan manifestaciones neurológicas.¹⁻⁴

La incidencia anual de dolor cervical se estima en 83 casos por cada 100 000 habitantes, principalmente entre los 50-54 años de edad. En Cuba, entre 24-38 % de la población general la padece.

El dolor y otras manifestaciones clínicas por osteoartrosis cervical, constituyen las principales causas de consulta médica en el centro hospitalario objeto de estudio, de ahí que han sido varias las técnicas de fisioterapia y rehabilitación empleadas para aliviar los síntomas.

La reflexología podal, como variante diagnóstica y terapéutica integral, es adecuada para estimular las zonas reflejo de los pies, pues refuerza las funciones corporales y ofrece mayor resistencia ante las enfermedades.

Esta técnica, al ser aplicada sin el empleo de equipos o consumo de energía, es un arte que revitaliza los órganos deteriorados, donde la energía bloqueada llega a la zona correspondiente por vía corticovisceral.

Según Kunz, es la teoría de las zonas, desarrollada por el Dr. William Fitzgerald en 1900, al observar que la presión sobre ciertas áreas del cuerpo podía producir efecto analgésico sobre otras, desde la cabeza hasta la punta de cada dedo de las manos y los pies.⁵

Teniendo en cuenta las posibilidades de empleo de dicha técnica y los probables beneficios para la salud de las personas, así como los conocimientos insuficientes sobre los efectos del masaje reflexológico en pacientes con artrosis cervical agudizada, los autores se sintieron motivados para realizar la presente investigación con vistas a evaluar la efectividad de esta técnica milenaria.

MÉTODOS

Se realizó una intervención terapéutica en 118 pacientes con artrosis cervical, atendidos en el Servicio de Rehabilitación Integral del Hospital Provincial Docente "Dr. Joaquín Castillo Duany" de Santiago de Cuba, desde julio de 2013 hasta diciembre de 2014.

La muestra estuvo constituida por 108 pacientes, distribuidos en 2 grupos de 54 integrantes cada uno, pareados por edad y sexo. Se utilizó un intervalo de confianza de 95 % y un error máximo admisible de 5 %.

El grupo control recibió el tratamiento convencional específico de la especialidad: antiinflamatorios, analgésicos y vitaminas; el de estudio, reflexología podal (30 minutos en días alternos) hasta completar 15 sesiones, tal como se indica a continuación:

Al inicio de cada una de las sesiones se efectuó una secuencia de relajación preliminar, así como la estimulación de los sistemas nervioso, urinario, linfático, plexo solar y los

puntos ciáticos indispensables porque son sistemas encargados de la eliminación, relajación y disminución del dolor;⁶ luego se aplicó tratamiento reflexológico en las zonas de la columna cervical, nuca, plexo solar, riñón y vesícula biliar.⁷

Se consideró como fracaso terapéutico la aparición de reacciones adversas, la evolución clínica desfavorable y el tratamiento evaluado como no efectivo, es decir, cuando no desaparecieron los síntomas al término de las sesiones.

Las variables analizadas fueron: edad, sexo, tiempo (en días) de desaparición de los síntomas, efectos secundarios y efectividad del tratamiento. Para analizar la homogeneidad de los grupos de muestras se utilizó el método de análisis para variables cuantitativas de Ji al cuadrado de homogeneidad.

RESULTADOS

En la tabla 1 se aprecia que en ambos grupos el mayor número de pacientes superó los 50 años de edad (39,0 y 52,0 %, para los primeros y los segundos, respectivamente); asimismo, los menores de 30 años representaron la minoría (11,1 y 5,5 %, en el mismo orden).

Tabla 1. Pacientes según edad y grupo de tratamiento

Grupo de edades (en años)	Grupo de estudio		Grupo control	
	No.	%	No.	%
20-29	6	11,1	3	5,5
30-39	9	16,6	10	18,5
40-49	18	33,3	13	24,0
50- 59	21	39,0	28	52,0
Total	54	100,0	54	100,0

p=0,05

Como se muestra en la tabla 2, más de la mitad de los integrantes del estudio eran del sexo femenino, con primacía de las incluidas en el grupo de estudio (59,2 %).

Tabla 2. Pacientes según sexo y grupo de tratamiento

Sexo	Grupo de estudio		Grupo control	
	No.	%	No.	%
Femenino	32	59,2	30	55,6
Masculino	22	40,8	24	44,4
Total	54	100,0	54	100,0

p=0,68

En el grupo tratado con reflexología podal (tabla 3), poco más de dos tercios de los pacientes seleccionados (68,6 %) obtuvieron mejoría clínica a los 7 días de evolución (3 sesiones de tratamiento) hasta la resolución definitiva de los síntomas en un número reducido (5, para 9,2 %), a los 21 días y 9 sesiones finales. La mitad de los pacientes que integraron el grupo control iniciaron la mejoría clínica a los 14 días (6 sesiones de actividad terapéutica). Cabe destacar la persistencia de algunos síntomas a los 60 días de agudización de la enfermedad y 26 sesiones de tratamiento (14,9 %).

Tabla 3. Tiempo de desaparición de los síntomas por días de tratamiento y número de sesiones

Tiempo de desaparición de los síntomas		Grupo de estudio		Grupo control	
Días	Sesiones	No.	%	No.	%
7	3	37	68,6		
14	6	12	22,2	27	50,0
21	9	5	9,2	17	31,4
30	14			2	3,7
60	26			8	14,9
Total		54	100,0	54	100,0

p<0,05

Observe en la tabla 4 que 98,1 % de los pacientes del grupo de estudio no presentaron reacciones adversas; mientras que en los controles predominaron las náuseas (48,1 %), seguidas en menor proporción por otras manifestaciones clínicas como el mareo y la gastritis aguda (16,6 y 15,0 %, respectivamente).

Tabla 4. Pacientes según reacciones adversas

Reacciones adversas	Grupo de estudio		Grupo control	
	No.	%	No.	%
Mareos			9	16,6
Gastritis			8	15,0
Náuseas			26	48,1
Lesiones en la piel	1	1,9		
Ninguna	53	98,1	11	20,3
Total	54	100,0	54	100,0

p<0,05

El tratamiento con reflexología podal resultó efectivo en todos los integrantes del grupo de estudio y en 85,2 % de los controles, pues 14,8 % de estos últimos no mejoraron (tabla 5).

Tabla 5. Efectividad del tratamiento según grupos seleccionados

Efectividad del tratamiento	Grupo de estudio		Grupo control	
	No.	%	No.	%
Efectivo	54	100	46	85,2
No efectivo			8	14,8
Total	54	100	54	100,0

p<0,05

DISCUSIÓN

La edad es un factor de riesgo no modificable que se asocia frecuentemente con la artrosis cervical. Al respecto, Ríos *et al*⁸ corroboran que la incidencia de esta enfermedad se encuentra directamente relacionada con la edad, sobre todo después de los 30 años y estiman que puede afectar a 85 % de las personas mayores de 65 años. Aunque la composición social de los pacientes seleccionados en la presente investigación es heterogénea, los autores consideran que a esta variable pudieran estar asociados algunos estilos de vida de riesgo como la adopción de posturas inadecuadas durante la ejecución de diversas actividades.

Resultan escasas las investigaciones que hacen referencia al número de sesiones de tratamiento relacionadas con el momento de aparición o abolición de los síntomas al emplear la reflexología podal.

En este estudio se logró aliviar los síntomas en un corto período, lo cual difiere de lo referido por Aranda *et al*,⁵ quienes señalan que en su serie la mejoría clínica comenzó en la sexta sesión de tratamiento y completaron finalmente sus resultados en la duodécima sesión. Ello no vislumbra para nada insuficiencias al emplear uno u otro método, pero los autores de la presente investigación sí aseguran la profesionalidad de los especialistas al aplicar dicha técnica.

Por otra parte, en cuanto a las reacciones adversas, la lesión de la piel solo se encontró en 1,9 %. A juicio de los autores, pudiera estar relacionado con el aumento significativo del flujo sanguíneo y de la temperatura cutánea, resultante de estimulaciones en los territorios de inervación, así como el efecto sobre posibles trastornos tróficos presentes; no obstante, se observó una significación estadística marcada ($p < 0,005$) hacia la evolución asintomática sin efectos secundarios en la mayoría de los pacientes, sin interpretar el suceso anterior como fracaso terapéutico.

Varios son los estudios que sugieren la reflexología podal para mejorar o aliviar los síntomas ocasionados por numerosas afecciones. Al respecto, Velamazán Gómez⁹ la recomienda también para problemas gastrointestinales, menstruales, asma y migraña, entre otros; mientras que Pérez Pino¹⁰ ha obtenido buenos resultados en pacientes con síndrome cervical doloroso.

A diferencia del uso convencional de fármacos, todos los pacientes incluidos en el grupo de estudio obtuvieron una resolución completa del cuadro clínico en varias etapas de su evolución.

Finalmente, se considera que la reflexología podal es una modalidad terapéutica que garantiza una mejoría significativa de los síntomas en pacientes con artrosis cervical agudizada, sin consumo excesivo de tiempo, pocas posibilidades de aparición de reacciones adversas y elevada efectividad en su aplicación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Patricio AL, Socarrás Báez L, Freire Herrera M, Fis Poll E. Analgesia acupuntural en el Servicio de Urgencias. Rev Cubana Enfermer. 2002 [citado 11 Abr 2016];18(3).
2. Aso Escario J, Martínez Quiñones JV, Miguel JL de, Aso Vizán A, Arregui Calvo R. Guía para la valoración multiaxial del esguince cervical y la patología discal asociada. Cuad Med Forense. 2014 [citado 27 Mar 2015];20(1).

3. Romero Morales C, Cabrera Guerra M, Gómez Ruano MA, Jiménez Saiz S. Efectividad de las técnicas de manipulación cervical vs técnica de compresión en puntos gatillo en pacientes con cefalea tensional. *Fisioterapia*. 2015 [citado 27 Mar 2015];37(2):67-74.
4. García del Busto González F, Figueroa García M, Alfonso Sardiñas JC, Figueroa García L, Castañeda R. Tratamiento de la cervicgia con técnicas de la medicina natural y tradicional en el consultorio número veintiocho de Majagua. *MEDICIEGO*. 2002 [citado 27 Mar 2015];8(2).
5. Aranda Izquierdo AA, Barranco Peregrino B, Serrano González LM, Barciela Calderón J. Eficacia de la reflexología podal en el tratamiento del dolor cervical. *AMC*. 2007 [citado 26 Mar 2016];11(2)
6. Fejer R, Kirsten Ohm K, Hartvigsen J. The prevalence of neck pain in the world population: a systematic critical review of the literature. *Eur Spine J*. 2006;15(6):834-48.
7. Jackson R. Síndrome de compresión de las raíces de los nervios cervicales. En: Mc carty D. *Artritis y enfermedades conexas: un texto de reumatología*. 9 ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana;1983.
8. Ríos García M, Solís de la Paz D, Valdés González AA, Oviedo Bravo A. Utilización de los medios físicos en la osteoartrosis en el Hospital Militar Docente "Dr. Mario Muñoz Monroy" de Matanzas, 2012. *Rev Med Electron*. 2013 [citado 26 Mar 2016]; 35(3):243-52.
9. Velamazán Gómez A. Una revisión sobre la efectividad de la reflexología. *Medicina Naturista*. 2000 [citado 26 Mar 2016];1:9-16.
10. Pérez Pino M. Reflexoterapia para el mejoramiento de la mecánica articular en el tratamiento del síndrome cervical doloroso. *MEDICENTRO*. 2011 [citado 26 Mar 2016];15(1).

Recibido: 25 de abril de 2016.

Aprobado: 17 de agosto de 2016.

Marbelis Barthelemy Velázquez. Hospital Clinicoquirúrgico Docente "Dr. Joaquín Castillo Duany", Punta Blanca s/n, Santiago de Cuba, Cuba.