

*D: Visto che però non sempre siamo così conformi al dao e ci ammaliamo, possiamo spostarci ad ambiti più prosaici e vedere cosa può curare l'agopuntura?*

R: L'OMS inizia a occuparsi di agopuntura nel 1991 e nel 1998 pubblica una revisione e analisi degli studi clinici controllati, «con lo scopo di sostenere e promuovere l'uso appropriato dell'agopuntura nei sistemi sanitari di tutto il mondo».

Attualmente il ventaglio di intervento è molto ampio: disturbi del sistema digerente, ostetrico-ginecologico, respiratorio, cutaneo, cardiovascolare, neurologico, dolori mio-articolari, disordini del sonno o ansioso-depressivi, disfunzioni erettili, cefalee. Sicuramente molte malattie gravi non possono essere risolte con l'agopuntura, che però

può essere un valido aiuto per sostenere le risorse che abbiamo e per attenuare gli effetti collaterali dei farmaci nei casi in cui sono necessari.

*D: Secondo te ci sono malattie più adatte a essere curate con l'agopuntura e altre con la medicina convenzionale?*

R: L'efficacia dell'agopuntura è rilevante nei disturbi 'funzionali', ma è valida anche in caso di problemi molto 'fisici', per esempio cisti o fibromiomi che non abbiano raggiunto dimensioni eccessive rispondono bene, ematomi o distorsioni guariscono più rapidamente, i vari tipi di lesioni si risolvono meglio.

In generale secondo me l'agopuntura è la scelta migliore se il sistema non si è ancora scompensato eccessivamente, perché la medicina cinese si prende cura dell'insieme dell'organismo e agisce alla radice del problema piuttosto che sul sintomo. La medicina convenzionale trova invece il suo senso laddove il dissesto patologico è molto avanzato, cioè quando c'è una vera indicazione per l'intervento chirurgico o per la scelta farmacologica.

*D: È dimostrato che l'agopuntura funziona?*

R: La risposta che mi viene più immediata è che i cinesi sono molto pragmatici, se l'agopuntura non funzionasse non avrebbero continuato a utilizzarla. Ma forse la tua domanda riguarda la valutazione dei risultati da parte del sistema biomedico.

Nella revisione dell'OMS del 1998 l'efficacia risultava confermata per artrite reumatoide, cervicalgia, colica biliare, colica renale, depressione, dismenorrea primaria, dissenteria acuta, distorsioni, dolore ai denti, dolore al ginocchio, dolore facciale, dolore post-operatorio, effetti collaterali di chemio/radioterapia, epicondilitis, gastralgia acuta e cronica, induzione del parto, ipertensione essenziale, ipotensione primaria, leucopenia, lombalgia, malposizione del feto, nausea gravidica, periartrite della spalla, rinite allergica, sciatalgia, sequele di ictus. Seguiva poi un elenco di patologie in cui l'agopuntura aveva mostrato un effetto terapeutico, ma si ritenevano necessari ulteriori studi di conferma.

Poco dopo il NIH Consensus Panel dell'American Medical Association ne riconosceva l'utilità nelle condizioni di asma, cefalea ed emi-

crania, dipendenza da sostanze, fibromialgia. Da allora gli studi biomedici sulla validità dell'agopuntura si sono moltiplicati e ora sul sito di Cochrane, organismo indipendente che si occupa di raccogliere materiale di studi di ricerca sulla salute, troviamo 725 revisioni.

*D: Potresti fare alcuni esempi di questi studi?*

R: In realtà, come peraltro avviene in qualsiasi settore di ricerca medica, una meta-analisi mostra che molti studi non sono stati condotti correttamente e i loro risultati non possono essere considerati significativi. Può essere però interessante citare alcuni lavori convalidati che valutano gli effetti terapeutici e altri che studiano gli effetti a livello metabolico o cellulare.

Per esempio c'è un meta-studio tedesco che prende in considerazione oltre 40 studi clinici controllati e conferma l'efficacia dell'agopuntura su nausea e vomito (post-operatorio, gravidico, da chemioterapia). Inoltre riporta vari studi sperimentali sull'effetto della stimolazione di un agopunto specifico su funzioni correlate a nausea e vomito, quali motilità gastrica, modulazione vagale e attività cerebellare vestibolare. Sempre riguardo agli aspetti terapeutici posso citare uno studio inglese multicentrico in cui sono stati coinvolti 570 pazienti con osteoartrite del ginocchio: i risultati mostrano che l'agopuntura consente di ottenere un miglioramento del dolore e della motilità, maggiore rispetto ai casi-controllo trattati con falsa agopuntura o a programmi riabilitativi.

Tra i lavori che studiano le risposte a livello cellulare ricorderei: 1° – lo studio dell'Università di Seul che fornisce evidenza, seppur in un modello animale, che l'agopuntura stimola il sistema difensivo (promuove un aumento dell'attività dei linfociti ad azione citotossica, le cellule natural killer, tramite un incremento dell'espressione genica delle proteine che ne stimolano l'attività e una riduzione dell'espressione di quelle che ne inibiscono l'attività); 2° – lo studio dell'Università di Taiwan che mostra che l'agopuntura può agire sulle patologie del metabolismo (aumenta la tolleranza al glucosio in ratti diabetici) e 3° – lo studio giapponese che mostra che l'agopuntura ha un effetto modulante il sistema immunitario (tende a normalizzare l'eccesso o il deficit di granulociti e linfociti).

*D: Sono stati studiati anche i meccanismi attraverso cui agisce l'agopuntura?*

R: Negli anni '70 i medici occidentali erano stati molto colpiti dalla possibilità di utilizzare l'agopuntura al posto dell'anestetico in alcuni tipi di intervento chirurgico. Il campo dell'analgesia era anche più facile da indagare rispetto alla terapia e quindi i primi studi biomedici si sono rivolti all'azione analgesica dell'agopuntura.

I primi studi avevano essenzialmente evidenziato meccanismi di rilascio di oppioidi endogeni, mentre ora si tende maggiormente a collegare la funzione analgesica con l'effetto di modulazione di strutture cerebrali bulbari correlate con l'elaborazione del segnale-dolore. Un esempio ne è lo studio dell'Università di Pechino, che mostra come diversi neuro-peptidi e i loro recettori presenti in più aree del sistema nervoso centrale giochino un ruolo primario nell'effetto analgesico dell'agopuntura.

D: *Ci sono anche ricerche sull'azione terapeutica vera e propria?*

R: Sì, per esempio trovo molto interessante la ricerca che la Harvard Medical School di Boston svolge dal 2005. Attraverso l'utilizzo della fMRI, la risonanza magnetica funzionale, questi studi valutano l'effetto della stimolazione di un ago-punto sulla rete delle strutture corticali e subcorticali limbiche del cervello. La manipolazione dell'ago produce riduzioni significative del segnale fMRI. Il meccanismo iniziale tramite il quale l'agopuntura regola sistemi funzionali multipli e ottiene differenti effetti terapeutici potrebbe essere ricondotto alla modulazione di questi circuiti neuronali, che giocano un ruolo centrale nella dimensione affettiva e cognitiva del dolore, ma soprattutto nella regolazione e integrazione di emozioni, processi di memoria, funzioni del sistema nervoso autonomo, immunologico e senso-motorio.