

ABORDAJE DE LOS SÍNTOMAS DE LA ENDOMETRIOSIS MEDIANTE MEDICINA INTEGRATIVA

Cristina Domingo Gómez¹

Correo electrónico: crispersonal.domingogomez@gmail.com

1. Licenciada en Medicina. Directora del Master de Valoración Energética y Acupuntura del Campus Docent Sant Joan de Déu, Barcelona, España

Recepción: 14/12/2017 Aceptación: 07/01/2018



RESUMEN

Introducción

Las Medicinas Complementarias, y especialmente la Medicina Tradicional China (MTC) y la Acupuntura, se pueden aplicar para tratar los diferentes síntomas asociados a la Endometriosis, como son la inflamación pélvica, la dismenorrea y otros. Estos tratamientos pueden ser útiles en desarreglos hormonales y esterilidad.

Objetivo

Conocer los efectos del uso de la acupuntura en la mejora de los sistemas asociados a la Endometriosis.

Material y Métodos

Revisión de la literatura científica publicada en diversas bases de datos biomédicas con el fin de clasificar los diferentes síntomas que se presentan en la Endometriosis y su tratamiento con acupuntura. Se han seleccionado 17 artículos para el análisis.

Resultados

La MTC y la acupuntura se muestran útiles en el tratamiento de síntomas asociados a la Endometriosis, tales como: inflamación pélvica y dolor, dismenorrea, desequilibrios hormonales en el ciclo menstrual y metrorragias.

Conclusiones

La MTC y la acupuntura se aplican en la Endometriosis para tratar el dolor y la inflamación pélvica crónicos.

Palabras Clave: acupuntura, endometriosis, dolor pélvico, inflamación pélvica.

ABSTRACT

Introduction

Complementary medicine, particularly traditional Chinese medicine (TCM) and acupuncture, can be used to treat symptoms associated with endometriosis including pelvic inflammation and dysmenorrhea. These treatments may also be useful in hormonal imbalances and infertility.

Objective

To understand the effects of acupuncture on improving systems associated with endometriosis.

Material and Methods:

The scientific literature published in various biomedical databases was reviewed to classify the symptoms of endometriosis, and their treatment with acupuncture. Seventeen articles were selected for the analysis.

Results

TCM and acupuncture were found to be useful in the treatment of symptoms associated with endometriosis, such as: pelvic inflammation and pain, dysmenorrhea, hormone imbalances in the menstrual cycle and metrorrhagia.

Conclusions

TCM and acupuncture are used in endometriosis to treat chronic pain and pelvic inflammation.

Keywords: acupuncture, endometriosis, pelvic pain, pelvic inflammation.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, ha aumentado el interés por las medicinas complementarias, especialmente la Medicina Tradicional China (MTC) y la Acupuntura, para el tratamiento de enfermedades ginecológicas y problemas obstétricos. La combinación entre medicinas alopáticas con medicinas no-convencionales, actuando de una forma coordinada, se denomina medicina integrativa. Los profesionales de la salud se pueden beneficiar de combinar sus conocimientos de medicina alopática con aquellos que brindan las medicinas no convencionales para poder obtener una aproximación diferente a algunas patologías, especialmente en casos crónicos o en aquellos con intolerancias farmacológicas.

La Acupuntura es una técnica de la Medicina Tradicional China que implica la estimulación de puntos de Acupuntura a través de agujas, calor, digitopresión, etc. Sus efectos se deben, desde el punto de vista Oriental, al reajuste de la circulación de la energía (Qi); en cambio, desde el punto de vista Occidental, se explican por la estimulación de determinadas estructuras nerviosas. El dolor crónico supone un reto para conseguir un manejo satisfactorio por las múltiples causas que lo originan y los distintos mecanismos que lo ocasionan. La acupuntura presenta un uso creciente como técnica de tratamiento del dolor crónico (De la Flor Benítez et al, 2007).

La acupuntura ha mostrado una alta eficiencia en el tratamiento del dolor y es reconocida como tratamiento aconsejado por la OMS (2013). Este hecho ha suscitado la popularización de la Acupuntura en los países occidentales. La formación en Acupuntura en los países Occidentales se realiza actualmente en las Universidades a mediante Masters para profesionales sanitarios, lo que conlleva una doble formación de estos profesionales que les permite combinar los dos tipos de medicina. En el ámbito ginecológico (Selva Olid et al., 2013), se utiliza la Acupuntura ampliamente, interviniendo desde la pubertad a la menopausia en los diferentes trastornos del ciclo menstrual. Así mismo se utiliza durante el embarazo y en el parto y puerperio.

Se considera que las medicinas complementarias podrían tener un lugar relevante dentro de las unidades que actualmente solo usan medicina alopática para el tratamiento de la Endometriosis. Las más aceptadas actualmente para el tratamiento de la Endometriosis son la Medicina Naturista y la Medicina Tradicional China.

La Endometriosis es un importante contribuyente al dolor pélvico y a la subfertilidad y se caracteriza por un tejido similar al endometrio fuera del útero, pudiendo extenderse al ovario, al recto y a zonas peritoneales. Por ello la sintomatología es compleja, produciendo inflamación pélvica, dismenorrea, desarreglos hormonales, esterilidad, dispareunia, disquecia, metrorragias y con frecuencia anemia. La Endometriosis afecta del 6 al 10% de las mujeres en edad reproductiva, del 50 al 60% de las mujeres adolescentes con dolor pélvico y hasta el 50% de las mujeres con infertilidad (Giudice, 2010).

Algunos estudios han demostrado la utilidad de las técnicas de Acupuntura en el tratamiento del dolor crónico secundario de Endometriosis (Zhu, Hamilton y McNicol, 2011; Highfield et al., 2006; Smith, 2011; Proctor et al., 2002; Helms, 1987; Chen, 2004; Cho, 2010; Yang, 2008; Lefebvre et al., 2005).

Pero también otros síntomas en la Endometriosis se pueden beneficiar de un tratamiento mediante uso de Acupuntura, como la inflamación pélvica crónica (Zhu, Hamilton y McNicol, 2011; Highfield et al., 2006), la dismenorrea (Smith et al., 2011; Proctor et al.; Helms, 1987; Chen y Chen, 2004; Cho y Hwang, 2010; Yang et al., 2008; Lefebvre et al., 2005; Thambirajah, 2008), los desequilibrios hormonales, la menometrorragia y esterilidad (Thambirajah, 2008), así como la dispareunia, la disquecia (dolor defecación), el estreñimiento y la diarrea.

En la MTC se realiza un diagnóstico diferente del de la medicina alopática u occidental. Es un diagnóstico para cada paciente según una serie de síndromes energéticos específicos. Esto permite al acupuntor decidir el tratamiento adecuado de Acupuntura y moxibustión, que actúa en el estado de salud del paciente para mantener el equilibrio de la energía en el cuerpo.

La Acupuntura realizada dentro del contexto de la MTC es una intervención compleja que incluye no solo las habilidades técnicas de las agujas sino también el desarrollo de una relación terapéutica, la formulación de un diagnóstico, el asesoramiento sobre el estilo de vida, y la complementación del tratamiento con dieta o fitoterapia (Highfield et al., 2006). El masaje (tuina) y el ejercicio (qigong) también se pueden indicar si se considera necesario.

En la Endometriosis, el diagnóstico energético evalúa todos los signos y síntomas del paciente según las recomendaciones de la MTC, incluyendo los síntomas de inflamación

pélvica, dismenorrea, dispareunia, desequilibrios hormonales en las diferentes fases del ciclo menstrual y la esterilidad..

OBJETIVO

Conocer los efectos del uso de la Acupuntura en la mejora de los síntomas asociados a la Endometriosis.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se identificaron los artículos mediante un procedimiento de búsqueda secuencial de las siguientes bases de datos: Medline, Cochrane y Cinahl.

Los términos de búsqueda utilizados fueron: «Acupuntura y Endometriosis», «dolor pélvico y Acupuntura», «inflamación pélvica y Acupuntura» y los correspondientes términos en inglés: «Acupuncture and Endometriosis», «pelvic pain and acupuncture», «pelvic inflammation and acupuncture».

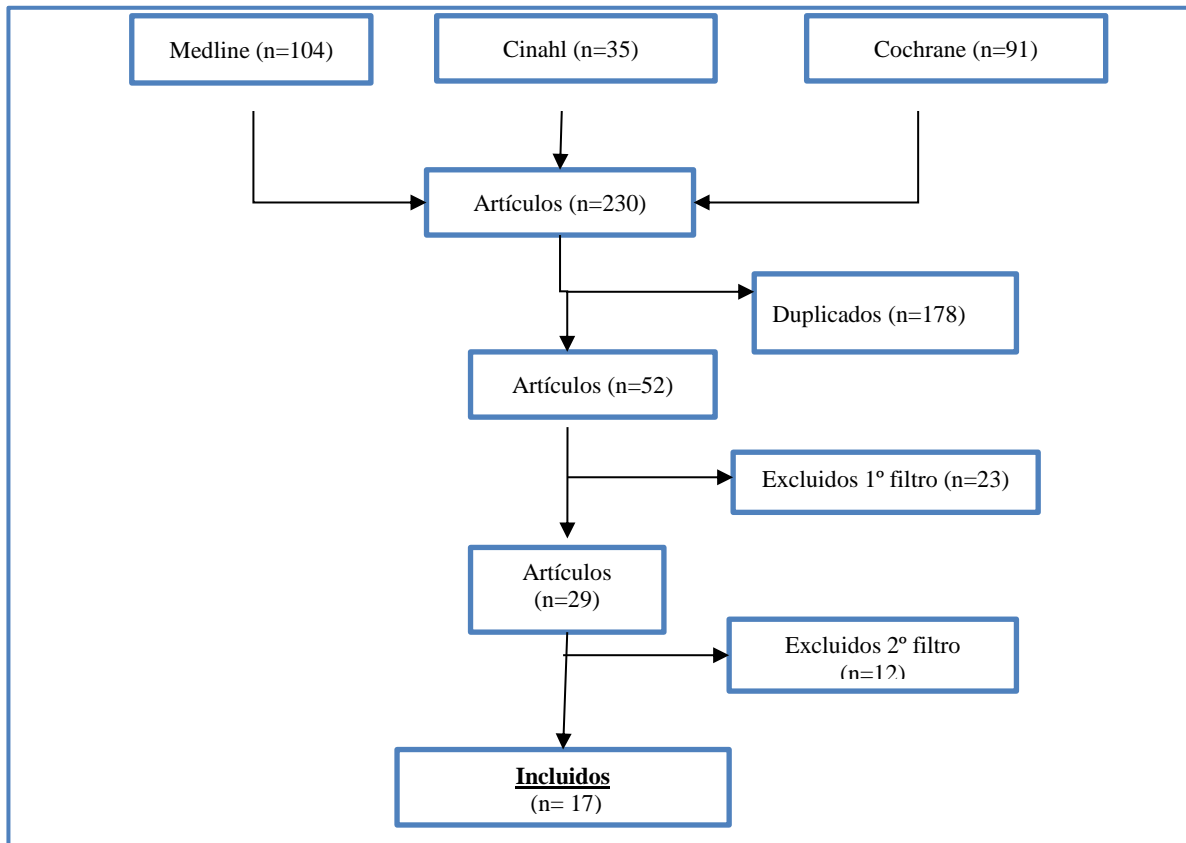
Criterios de inclusión

Se incluyeron aquellos artículos que hacen referencia a la mejora de los síntomas asociados a la Endometriosis.

Criterios de exclusión

Se excluyeron los artículos que no estén en inglés o en español. También se excluyeron los artículos cualitativos y las cartas al lector.

Tras la búsqueda se obtuvieron un total 230 artículos de los cuales se procedió a la exclusión de aquellos artículos duplicados y de aquellos artículos que, después de leer el título y el resumen, no trataban sobre el tema de estudio. Se aplicaron dos filtros, que consistieron en lectura de títulos y resúmenes, y se acabaron seleccionando aquellos textos que se ajustaban al objetivo planteado (Tabla 1).

Tabla 1. Diagrama de flujo de la búsqueda bibliográfica realizada

RESULTADOS

Según los 17 artículos seleccionados para su análisis, destacamos que en todos ellos se valora la Endometriosis y su tratamiento, así como también los diferentes síntomas y su incidencia, que se tratan por separado. Observamos, sin embargo, que los síntomas se superponen con otros trastornos ginecológicos (Ej.: Enfermedad inflamatoria pélvica, adherencias pélvicas, quistes o masas ováricas, leiomiomas y adenomiosis) y condiciones y factores no ginecológicos (Ej: Síndrome del intestino irritable, enfermedad inflamatoria del intestino, cistitis intersticial, dolor miofascial, depresión y antecedentes de abuso sexual), lo que hace que el diagnóstico sea desafiante (Giudice, 2010).

Por este motivo, el tratamiento con Acupuntura también se centra en los síntomas asociados a la Endometriosis: inflamación pélvica crónica y dolor pélvico, dismenorrea, desequilibrios hormonales en el ciclo menstrual, dispareunia, disquecia, estreñimiento, diarrea y metrorragia. Por ello, hemos considerado conveniente agrupar los resultados

obtenidos en los diferentes estudios y presentar su clasificación según el diagnóstico y los efectos más relevantes de la MTC para la mayoría de síntomas.

a) Inflamación pélvica crónica y dolor pélvico

El diagnóstico desde la MTC de este síntoma es estancamiento de sangre en la zona uterina y se trata con puntos que regulan el útero V28, puntos de la zona sacra V30, V31, V32; el punto de urgencia del meridiano V63, también el punto de sedación V65. Así mismo el B6 que es el regulador de toda la zona pélvica (Zhu, Hamilton y McNicol, 2011; Highfield et al., 2006).

Una revisión de Cochrane analizó la acción de la Acupuntura en el dolor pélvico endometriósico. Esta revisión, publicada por Zhu (2011), encontró solo un estudio aleatorio con resultados positivos, señalando la efectividad de la auriculopuntura para la disminución del dolor en la Endometriosis.

En 2008, Highfield estudió la efectividad del tratamiento con Acupuntura en adolescentes con Endometriosis que sufrían dolor pélvico crónico durante más de un año, y que no respondían al tratamiento habitual. La conclusión fue que la Acupuntura es un tratamiento seguro y aceptable.

b) Dismenorrea

La dismenorrea es un síntoma clave para la MTC, porque la menstruación y sus alteraciones informan del estado energético de la mujer en ese mes.

Por ello se diferencian varios síndromes dependiendo de cuando aparece el dolor y los síntomas que se manifiestan en el momento de la menstruación. También es relevante distinguir si el dolor mejora con el frío o con el calor, con la presión, con el descanso, evaluando la cantidad del sangrado, el color de la sangre, y la presencia de coágulos de sangre. Así mismo, se valoran otros síntomas que aparecen en ese periodo como son el dolor de cabeza, vómitos, dolor en las piernas, dolor lumbar, etc.

Los diagnósticos energéticos más frecuentes en la dismenorrea según la MTC son: Frío en el Útero, Calor, Vacío, Plenitud, Estancamiento de Humedad, Calor-Húmedo, Estancamiento de Sangre, y Vacío de Sangre. Ello comporta que exista también posiblemente un desequilibrio en otros órganos: vejiga, riñón, hígado o páncreas. Los puntos utilizados más frecuentemente para el tratamiento de la dismenorrea son: B6, B8, H3, H6, V28, V30-32, V63 e IG4 (Smith et al., 2011; Proctor et al., 2002; Helms, 1987;

Chen y Chen, 2004; Cho y Hwang, 2010; Yang et al., 2008; Lefebvre et al., 2005; Thambirajah, 2008).

Una revisión de Cochrane realizada por Smith (2011) analiza el uso de la Acupuntura en la dismenorrea primaria. El autor concluye que la Acupuntura puede reducir el dolor menstrual. También determina la seguridad de la Acupuntura.

Proctor et al. (2002) estudian también la Estimulación Nerviosa Eléctrica Transcutánea (TENS) y la Acupuntura en la dismenorrea primaria. Encontró únicamente un pequeño aunque bien diseñado estudio que sugería el beneficio de la Acupuntura para el dolor pélvico causado por la dismenorrea.

Helms (1987) observo en un estudio con 47 mujeres, en el que analizó la efectividad de la Acupuntura para la dismenorrea primaria, que, después de tres ciclos de tratamiento, se observaba una mejora en el dolor en el 96% de los pacientes tratados con Acupuntura, comparado con un 36% en el grupo de placebo y un 10% en el grupo de control. También observaron una disminución del 41% de las tomas de AINES en estos pacientes.

La utilidad del masaje de Acupuntura en la disminución del dolor fue demostrada en un estudio publicado en *Nursing Journal* por Chen (2004). Ese estudio incluyó 35 adolescentes de Taiwan con dismenorrea primaria con dolor por encima de 5 en una escala analógica de 0-10. El masaje por acupresión consiste en acupresión en el punto B6 Sanyinjiao durante 10 minutos y autotratamiento en las dos siguientes menstruaciones. El 87% de las pacientes dijeron que la acupresión había sido útil para aliviar el dolor y dar apoyo psicológico, indicando que es un tratamiento gratuito y sencillo de aprender y recomendaban su uso en enfermería en centros de atención sanitaria primaria.

Otros estudios también recogen en sus conclusiones que hay suficiente evidencia a favor del uso de la Acupuntura en la dismenorrea primaria. Cho (2010) incluye 27 estudios que obtienen una reducción del dolor significativa (9 de ellos describiendo métodos de designación aleatoria), y Yang (2008) incluye 32 estudios, aunque la mayoría de ellos de pobre calidad metodológica. En la Recomendación Consensuada de la Sociedad de Obstetricia Ginecológica de Canadá (SOGC), Lefebvre (2005), acerca del diagnóstico de dismenorrea primario, concluye que la Acupuntura es útil en la reducción del dolor secundario por dismenorrea.

c) Desequilibrios Hormonales en el ciclo menstrual

La MTC y la Acupuntura pueden tratar el desequilibrio de las hormonas femeninas a lo largo de todo el ciclo y sus fases, y contribuir al tratamiento de la esterilidad o la infertilidad. Se recomienda el tratamiento en casos de anovulación o ciclos menstruales cortos o largos. El tratamiento se lleva a cabo durante todo el ciclo, una o dos veces a la semana, durante varios ciclos. En la primera fase del ciclo (folicular) son tratados los puntos B6, V23, VC4 y R3. En el pico de la ovulación, se utiliza la moxibustión para tonificar especialmente los puntos VC4, R12, E29 y B13. En la segunda fase del ciclo (luteínica), se trata el B6. Y finalmente, para ayudar al sangrado en la menstruación, son tratados los puntos de eliminación H3, IG4 y B6 (Lefebvre et al., 2005).

d) Metrorragia

En el caso de la dismenorrea con menometrorragia, es importante evaluar este síntoma desde el punto de vista de la MTC, ya que en este caso la salida de sangre puede ser una señal de que hay excesivo fuego en algún órgano importante del cuerpo. Para tratar la metrorragia, se regula la energía de hígado con el punto H5.

Las pérdidas frecuentes y abundantes de sangre pueden producir anemia, que agrava la vitalidad de la paciente. En ese caso es necesario tonificar la formación de sangre con puntos como H13, B6, B10 y V17 (Thambirajah, 2008).

Los tratamientos de la Endometriosis de la MTC también incluyen consejos dietéticos: la ingesta habitual y programada de cereales, la reducción de estimulantes como el café, y otros consejos como respetar las horas de sueño.

Además del uso de la Acupuntura, en las clínicas de MTC es muy habitual prescribir fitoterapia para tratar la Endometriosis. Se han descrito diferentes combinaciones, en función del diagnóstico específico de la MTC, que se pueden encontrar en forma de pastillas u otras presentaciones comerciales. Los estudios valorados por un meta análisis (Highfield et al., 2006) son de baja calidad y no permiten emitir una afirmación clara.

DISCUSIÓN

La Endometriosis es una patología frecuente en el ámbito ginecológico que repercute en la calidad de vida de las mujeres que la padecen, puesto que los síntomas que la acompañan son invalidantes e impiden en muchos casos continuar con el ritmo habitual de vida a las mujeres que la padecen.

Por su curso natural y evolución, la medicina alopática no puede dar una respuesta rápida y eficaz al problema; en cambio, la mejora de los síntomas que la acompañan puede ser de gran ayuda para las mujeres que la padecen. Como se ha visto, existe evidencia en la literatura científica que reconoce la utilidad de la Acupuntura en el tratamiento de la Endometriosis, de la cual hemos seleccionado diecisiete artículos.

Los últimos estudios (Xu et al., 2017; Lund y Lundeberg, 2016) destacan en sus resultados los diferentes diseños de investigación y de técnicas de investigación y concluyen que la Acupuntura podría probarse como un complemento, ya que se muestra como un tratamiento seguro. También señalan los pocos ensayos clínicos aleatorizados y ciegos para valorar la eficacia de la Acupuntura para el tratamiento del dolor relacionado con la Endometriosis.

Los síntomas prevalentes que hemos encontrado en estos artículos son la dismenorrea, la inflamación pélvica y el dolor pélvico. Dos estudios acerca del tratamiento de la dismenorrea deben ser especialmente resaltados: uno, por Helms (1987), que se hizo con uso de Acupuntura y consiguió un alivio del dolor en el 96% de las mujeres tratadas, y el otro, por Chen y Chen (2004) que se realizó mediante uso de acupresión y consiguió un alivio del dolor en el 87% de los pacientes.

Para ello es fundamental, como se ha visto, la realización de un adecuado diagnóstico de acuerdo con los preceptos de la MTC, que valora los diferentes síntomas agrupándolos en síndromes del estado energético de cada órgano del cuerpo (Thambirajah 2008).

A la Acupuntura se pueden añadir otras formas de medicinas complementarias. Se ha citado ya el uso de la fitoterapia para la mejora de los síntomas asociados a la metrorragia. En este sentido, también, es importante tener en cuenta otras ayudas desde la Medicina Naturista en el dolor pélvico crónico, como se destaca en algunos de los trabajos citados (Highfield et al., 2006; Morán et al., 2013). Las recomendaciones principales de la Medicina Naturista son suplementos dietéticos de tipo omega-3 de ácidos grasos que

están presentes en el pescado azul y los aceites vegetales, como son el aceite de linaza y el aceite de cártamo.

La Medicina Naturista utiliza hierbas medicinales con propiedades analgésicas, como el loto, el bálsamo y la árnica. También utiliza plantas reguladoras del ciclo menstrual, como milenrama, salvia y angélica.

Para reducir el dolor en Endometriosis, se recomiendan también cataplasmas calientes en la región abdominal (entre menstruaciones), o emplastes de arcilla en el bajo abdomen dos o tres días por semana.

CONCLUSIONES

La MTC y la Acupuntura se aplican en el tratamiento de la Endometriosis tratando el dolor y la inflamación pélvica crónica con puntos de Acupuntura. La Acupuntura y la MTC son de gran utilidad para tratar diferentes síntomas asociados a la Endometriosis, como la inflamación pélvica, dismenorrea y otros. Estos tratamientos pueden ser también útiles en desequilibrios hormonales y esterilidad.

Distintos estudios clínicos aleatorizados y revisiones Cochrane han demostrado un alivio del dolor en pacientes con dolor pélvico o dismenorrea cuando han sido tratados con Acupuntura o acupresión.

Para confirmar los hallazgos señalados, se necesitan estudios adicionales y ciegos con controles adecuados y de tamaños de muestra adecuados.

A parte de la Acupuntura, que ha demostrado su efectividad, las Medicinas Naturistas deberían también ser consideradas en el tratamiento de la Endometriosis. Estas medicinas utilizan suplementos dietéticos, nutricionales y minerales, así como extractos de plantas, en diferentes soluciones.

BIBLIOGRAFÍA

- CHEN, H. M.; CHEN, C. H. Effects of Acupressure at the Sanyinjiao Point on Primary Dysmenorrhoea. En: *Journal of Advanced Nursing*. 2004, vol. 48, no. 4, pp. 380-387. [Consulta: 2 de diciembre de 2017]. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15500532>.
- CHO, S. H.; HWANG, E.W. Acupuncture for Primary Dysmenorrhoea: A Systematic Review. En: *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*. 2010, vol. 117, no. 5, pp. 509-521. [Consulta: 2 diciembre 2017]. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20184568>.
- DE LA FLOR BENÍTEZ, M.; GUERRA HOYOS, J. A.; ANDRÉS MARTÍN, M. C. La acupuntura en el tratamiento del dolor crónico en atención primaria. En: *FMC-Formación Médica Continuada en Atención Primaria*. 2007, vol. 14, no. 9, pp. 561-565. [Consulta: 23 noviembre 2017]. Disponible en: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S113420720771914X>.
- GIUDICE, L. C. Clinical Practice. Endometriosis. En: *The New England journal of medicine*. 2010, vol. 362, no. 25, pp. 2389-98. [Consulta: 2 diciembre 2017]. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20573927>.
- HELMS, J. M. Acupuncture for the Management of Primary Dysmenorrhea. En: *Obstetrics and Gynecology*. 1987, vol. 69, no. 1, pp. 51-56. [Consulta: 2 diciembre 2017]. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3540764>.
- HIGHFIELD, E. S., et al. Adolescent Endometriosis-Related Pelvic Pain Treated with Acupuncture: Two Case Reports. En: *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 2006, vol. 12, no. 3, pp. 317-322. [Consulta: 2 diciembre 2017]. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16646732>.
- LEFEBVRE, G., et al. Primary Dysmenorrhea Consensus Guideline. En: *Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*. 2005, vol. 27, no. 12, pp. 1117-46. [Consulta: 2 diciembre 2017]. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16524531>.
- LUND, I.; LUNDEBERG. T. Is Acupuncture Effective in the Treatment of Pain in Endometriosis? En: *Journal of Pain Research*. 2006, vol. 9, pp. 157. [Consulta: 27 diciembre 2017]. Disponible en: <https://www.dovepress.com/is-acupuncture-effective-in-the-treatment-of-pain-in-endometriosis-peer-reviewed-article-JPR>.

MORÁN, E., et al. Phytotherapy in Urology. Current Scientific Evidence of its Application in Urolithiasis, Chronic Pelvic Pain, Erectile Dysfunction and Urinary Tract Infections. En: *Actas Urológicas Españolas (English Edition)*. 2013, vol. 37, no. 3, pp. 174-180. [Consulta: 27 diciembre 2017]. Disponible en:

<www.elsevier.es/actasuro>.

OMS. *Nuevas directrices de la OMS para fomentar el uso adecuado de las medicinas tradicionales* [en línea]. OMS, 2013. [Consulta: 27 diciembre 2017]. Disponible en:

<<http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2004/pr44/es/>>.

PROCTOR, M., et al. Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation for Primary Dysmenorrhoea. En: *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2002. [Consulta: 2 diciembre 2017]. Disponible en:

<<http://doi.wiley.com/10.1002/14651858.CD002123>>.

SELVA OLID, A., et al. Efficacy and Safety of Needle Acupuncture for Treating Gynecologic and Obstetric Disorders: An Overview. En: *Medical Acupuncture*. 2013, vol. 25, no. 6, pp. 386-397. [Consulta: 27 diciembre 2017]. Disponible en:

<<http://online.liebertpub.com.sire.ub.edu/doi/pdf/10.1089/acu.2013.0976>>.

SMITH, C. A., et al. Acupuncture to Treat Primary Dysmenorrhea in Women: A Randomized Controlled Trial. *Evidence-based Complementary and Alternative medicine*. 2011. [Consulta: 2 diciembre 2017]. Disponible en:

<<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21799683>>.

THAMBIRAJAH, R. *Acupuntura Energética*. España: Elsevier, 2008.

XU, Y., et al. Effects of Acupuncture for the Treatment of Endometriosis-Related Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis. 2017. En: *PLoS ONE*. 2017, vol. 12, no. 10. [Consulta: 27 diciembre 2017]. Disponible en:

<<http://dx.plos.org/10.1371/journal.pone.0186616>>.

YANG, H., et al., 2008. Systematic Review of Clinical Trials of Acupuncture-Related Therapies for Primary Dysmenorrhea. En: *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*. 2008, vol. 87, no. 11, pp. 1114-1122. [Consulta: 2 diciembre 2017].

Disponible en: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18951224>>.

ZHU, X.; HAMILTON, K. D.; MCNICOL, E. D. Acupuncture for pain in endometriosis. En: *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2011, vol 9. [Consulta: 2 diciembre 2017]. Disponible en:

<<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21901713>>.