

Agopuntura e dipendenza da nicotina

Il Cochrane report – 2000

L'agopuntura è sempre più usata per trattare la dipendenza da sostanze. In particolare l'agopuntura auricolare si è dimostrata la più efficace in questo campo, basandosi sui risultati ottenuti sin dal 1973 da Wen e Chung e dalla loro pubblicazione iniziale (*How Acupuncture can help Addicts, Drugs and Society*, 1973;2:18-20). La terapia si è evoluta negli anni in un protocollo standardizzato ed è da 20 anni usata con successo per problemi di abuso di varie sostanze quali alcol, cocaina, eroina e tabacco.

Diversi studi clinici hanno cercato di valutare l'efficacia dell'agopuntura, non in particolare del protocollo auricolare Acudetox, nel trattamento del tabagismo. Nel 2000 la pubblicazione del "Cochrane Database Review" ha evidenziato uno studio di White et al. (*Acupuncture for Smoking Cessation*) nel quale sono stati esaminati tutti gli articoli pubblicati e elencati sul "Medline", come pure da altre fonti, che riguardavano il problema. Lo studio poi selezionava soltanto quegli articoli (18) che riportavano l'uso di metodi "mono cieco con placebo" per verificare l'efficacia del trattamento.

L'analisi non ha mostrato alcuna differenza tra il trattamento con placebo e quello con agopuntura, evidenziando allo stesso tempo la scarsa qualità, l'insufficienza del campione e persino errori nel metodo degli studi clinici. Gli autori pertanto hanno evidenziato la necessità di studi di maggior rigore e qualità per analizzare il ruolo che l'agopuntura può avere nella disassuefazione da nicotina, elencando alla fine le componenti di una buona analisi scientifica quali:

- ipotesi ben definite
- calcolo e raccolta di un vasto campione
- metodo appropriato di randomizzazione dei soggetti
- occultamento della randomizzazione
- riduzione di possibile pregiudizio nell'assegnazione random
- follow-up a lungo termine (dai 6 ai 12 mesi)
- agopuntori ben preparati e con esperienza nel campo
- analisi tossicologica di controllo.

Il lavoro che segue arricchisce gli studi precedenti in un'ottica di maggior rigore scientifico per quanto riguarda tutti gli aspetti elencati dal Cochrane Report.

Il primo studio randomizzato e a mono cieco sull'efficacia di Acudetox e dipendenza da nicotina

Auricular Acupuncture, Education and Smoking Cessation: Randomized, Sham-Controlled Trial

Ian D. Bier et al,

American Journal of Public Health, 10/2002 Vol. 92, N°10

Obiettivi - Lo studio esamina l'effetto dell'agopuntura da sola e in combinazione con terapia rieducativa, comportamentale e motivazionale.

Metodi

Sono stati studiati 141 adulti, sottoposti ad agopuntura, trattamento placebo e terapia psicologica, quali partecipanti volontari raccolti per mezzo di annunci radiofonici e pubblicità su giornali locali e poi selezionati da interviste telefoniche e successivi screening.

I criteri di ammissione al gruppo sono stati i seguenti:

- aver compiuto almeno 18 anni di età
- aver già provato a smettere di fumare senza successo

Ass. Nada Italia, via Gavinana 2, Roma Tel 06 3611685, 3387773912

nada.it@tin.it

www.acudetox.it

Casi clinici

- nessuna patologia psicologica o fisica che avrebbe impedito l'auto compilazione e la comprensione dei questionari
- il consenso a partecipare ad un protocollo di trattamento con agopuntura
- non essere sottoposto all'uso di farmaci, antidepressivi, ecc. per cui libero dall'uso di "sostanze" durante la fase di trattamento.

Il trattamento è stato completamente gratuito. I pazienti sono stati divisi in tre gruppi, ai quali venivano assegnati a caso.

- 1) Il primo comprendeva trattamenti di "vera agopuntura auricolare" del protocollo NADA Acudetox: gli aghi venivano inseriti bilateralmente nel padiglione auricolare in 5 punti. Inoltre venivano sottoposti a trattamento rieducativo psicologico/motivazionale e comportamentale combinato con incontri informativi.
 - 2) Il secondo gruppo ha ricevuto agopuntura "placebo": i punti trattati cioè erano distanti 5 mm. da quelli del protocollo NADA, non riconosciuti quali attivi per l'agopuntura (come per ricerca Bullock Culliton, 1989 Lancet) insieme al trattamento rieducativo già menzionato.
 - 3) Il terzo gruppo comprendeva "vera agopuntura" senza il trattamento rieducativo.
- Il trattamento di agopuntura era standardizzato secondo le raccomandazioni NADA e gli agopuntori operatori qualificati e formati dalla stessa associazione.

I partecipanti sono stati monitorati ad ogni trattamento e visita di controllo per eventuali segni di effetti collaterali. Il trattamento di agopuntura, senza stimolazione manuale degli aghi, veniva effettuato in sedute collettive su comode sedie. L'interazione, verbale era limitata al tempo necessario all'applicazione degli aghi. In tutti tre i gruppi il ciclo di trattamento di agopuntura aveva una durata di 4 settimane, con una frequenza di 5 volte alla settimana.

Il programma rieducativo, della durata di 5 settimane, era strutturato in incontri di 90 minuti, due volte alla settimana per le prime due settimane, poi una volta alla settimana per le 3 restanti del ciclo.

L'inclusione di un programma psicologico di supporto è in accordo con il metodo descritto da Bullock et. al., i programmi riabilitativi del Lincoln Hospital di New York e quelli attuali del "Drug Courts" Dade County, Florida.

Le variabili dipendenti utilizzate

Sono state "Beck Depression Inventory Score", "ZUNG autovalutazione del livello d'ansia", numero di sigarette fumate al giorno, età nella quale si è iniziato a fumare, numero di anni di dipendenza dal fumo, percentuale di riduzione del fumo, 'scala analogica visuale' (VAS), "Pack -Year History", definito come numero di anni da fumatore moltiplicati per il numero di sigarette fumate al giorno diviso 20 (numero standard di sigarette per pacchetto).

Il fine di questo studio era di confrontare gli effetti dell'agopuntura placebo con quella vera, da sola e in combinazione con un programma rieducativo di supporto, all'inizio e dopo 1,3,6,12,15, e 18 mesi di trattamento, tenendo presenti certe variabili: numero di persone che hanno smesso di fumare, numero di sigarette fumate, craving, depressione, ansia, abbandono del programma.

Risultati

Non state rilevate differenze fra i gruppi riguardo ad età, sesso, età nella quale si è iniziato a fumare, numero di sigarette fumate al giorno; pertanto la randomizzazione è stata eseguita con successo. Nessun effetto collaterale è stato evidenziato.

Lo studio ha anche mostrato una maggiore efficacia del programma nelle persone con più alto "Pack -Year History". Si ricorda che sono proprio le persone che hanno il più grande rischio di sviluppare malattie correlate al fumo.

Tutti i gruppi hanno mostrato una significativa riduzione del numero di sigarette fumate a distanza di 18 mesi, maggiore nel primo gruppo (agopuntura+programma educativo) nel quale il 40% dei partecipanti hanno smesso di fumare, in confronto al 22% del secondo gruppo (agopuntura placebo+programma educativo) e al 20% del terzo (solo agopuntura) con una percentuale di riduzione della quantità di sigarette fumate come segue:

1° Gruppo 52%

2° Gruppo 31%

3° Gruppo 20%

Casi clinici

Il fumo é la piú grande causa di morte prematura prevenibile nel mondo. Negli USA nel 1990 é stata la causa del 20% di tutti i decessi registrati.

Lo studio ha sottolineato che un semplice programma di 5 settimane con un protocollo di agopuntura auricolare coadiuvato da uno di sostegno psicologico, ha un efficacia del 40% nella cessazione del fumo e una percentuale del 53% di riduzione del numero delle sigarette fumate.

Questo risultato é comparabile con quello del trattamento farmacologico per dipendenza da nicotina con sostegno comportamentale che mostra un'efficacia del 20% a distanza di un anno.

Percentuale di soggetti astinenti e percentuale di diminuzione dell'uso di sigarette

Durata (in percentuale)	Acudetox vera e progr. educativo		Agopuntura placebo progr. educativo		Solo Acudetox	
	ha smesso di fumare	riduzione	ha smesso di fumare	riduzione	ha smesso di fumare	riduzione
Follow-up, mesi						
1	40	53	22	40	10	49
3	40	40	17	34	20	25
6	40	48	6	13	20	25
12	40	51	11	26	20	21
15	40	51	18	43	20	29
18	40	52	22	31	20	20

Questo studio ha ampiamente messo in atto i suggerimenti e le raccomandazioni del Cochrane Report; una nuova ricerca é prossima con un campione studiato ancora maggiore e l'inclusione di analisi biochimiche. Lo studio é stato finanziato dalla "Arizona Disease Control Research Commision" ed é stato approvato dall "Institutional Review Board, Arizona State University".