

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.  
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), enero-febrero 2025,  
Volumen 9, Número 1.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i1](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1)

# **EFFECTIVIDAD DE LA ACUPUNTURA EN EL CRAVING DE ADULTOS CONSUMIDORES DE ALCOHOL: REVISIÓN SISTEMÁTICA**

**EFFECTIVENESS OF ACUPUNCTURE IN ALCOHOL  
CRAVING AMONG ADULTS: A SYSTEMATIC REVIEW**

**Julia Lizeth Villarreal-Mata**

Universidad Autónoma de Nuevo León, México

**Roberto Alexander Cantú Elizondo**

Universidad Autónoma de Nuevo León, México

**Laura Alvarado-Leyva**

Universidad Autónoma de Nuevo León, México

**Julio César Delgadillo González**

Universidad Autónoma de Nuevo León, México

**Edgar Omar Vázquez Puente**

Universidad Autónoma de Nuevo León, México

DOI: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i1.15999](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.15999)

## Efectividad de la Acupuntura en el Craving de Adultos Consumidores de Alcohol: Revisión Sistemática

**Julia Lizeth Villarreal Mata<sup>1</sup>**[lizethvillarrealmata@gmail.com](mailto:lizethvillarrealmata@gmail.com)<https://orcid.org/0000-0002-8829-0537>

Universidad Autónoma de Nuevo León

Monterrey

Nuevo León - México

**Roberto Alexander Cantú Elizondo**[dr.alexandercantu85@gmail.com](mailto:dr.alexandercantu85@gmail.com)<https://orcid.org/0009-0000-0069-395X>

Universidad Autónoma de Nuevo León

Monterrey

Nuevo León - México

**Laura Alvarado Leyva**[lauraalvaradoleyva@gmail.com](mailto:lauraalvaradoleyva@gmail.com)<https://orcid.org/0000-0002-6534-4379>

Universidad Autónoma de Nuevo León

Monterrey

Nuevo León - México

**Julio César Delgadillo González**[dr.hu.mtc.88@gmail.com](mailto:dr.hu.mtc.88@gmail.com)<https://orcid.org/0009-0000-8520-7817>

Universidad Autónoma de Nuevo León

Monterrey

Nuevo León - México

**Edgar Omar Vázquez Puente**[omar\\_j77@hotmail.com](mailto:omar_j77@hotmail.com)<https://orcid.org/0000-0002-8859-1436>

Universidad de Monterrey

México

### RESUMEN

La morbilidad y mortalidad asociadas al consumo de alcohol continúan en aumento. Aunque existen diversos tratamientos farmacológicos y no farmacológicos para la adicción al alcohol, el craving es uno de los principales factores que desencadenan recaídas. Por ello, resulta crucial desarrollar estrategias innovadoras para manejar y regular el craving de manera efectiva. El objetivo fue analizar la evidencia científica disponible entre 2015 y abril de 2024 sobre la efectividad de la acupuntura en la regulación emocional del craving en adultos consumidores de alcohol. La metodología consistió en una revisión sistemática siguiendo las directrices PRISMA. Se identificaron 1,769 estudios elegibles; tras eliminar 476 duplicados, se evaluaron 1,293 estudios potenciales. Finalmente, dos estudios cumplieron con los criterios de inclusión para el análisis. Los resultados sugieren que la acupuntura, en sus diferentes modalidades, muestra un potencial prometedor como intervención complementaria para la regulación emocional y el manejo del craving en adultos con consumo de alcohol. La acupuntura demostró efectos positivos en indicadores críticos como la reducción del craving y la ansiedad, factores clave para prevenir recaídas en la dependencia alcohólica. En conclusión, esta revisión sistemática evidencia el potencial de la acupuntura como terapia de apoyo en el manejo del craving y la regulación emocional. Se recomienda realizar investigaciones futuras con muestras más amplias y diseños experimentales para fortalecer la base de evidencia.

**Palabras clave:** acupuntura, adicción, alcoholismo, craving, medicina tradicional

---

<sup>1</sup> Autor principal

Correspondencia: [omar\\_j77@hotmail.com](mailto:omar_j77@hotmail.com)

# Effectiveness of Acupuncture in Alcohol Craving Among Adults: A Systematic Review

## ABSTRACT

Morbidity and mortality associated with alcohol consumption continue to increase. Although there are various pharmacological and non-pharmacological treatments for alcohol addiction, craving is one of the main factors that trigger relapses. Therefore, it is crucial to develop innovative strategies to effectively manage and regulate craving. The objective was to analyze the scientific evidence available between 2015 and April 2024 on the effectiveness of acupuncture in the emotional regulation of craving in adult alcohol consumers. The methodology consisted of a systematic review following the PRISMA guidelines. 1,769 eligible studies were identified; after eliminating 476 duplicates, 1,293 potential studies were evaluated. Finally, two studies met the inclusion criteria for the analysis. The results suggest that acupuncture, in its different modalities, shows promising potential as a complementary intervention for emotional regulation and craving management in adults with alcohol consumption. Acupuncture demonstrated positive effects on critical indicators such as the reduction of craving and anxiety, key factors in preventing relapses in alcohol dependence. In conclusion, this systematic review shows the potential of acupuncture as a supportive therapy in the management of craving and emotional regulation. Future research with larger samples and experimental designs is recommended to strengthen the evidence base.

**Keywords:** acupuncture, addiction, alcoholism, craving, traditional medicine

*Artículo recibido 05 enero 2025  
Aceptado para publicación: 25 enero 2025*



## INTRODUCCIÓN

El alcohol es una sustancia que genera dependencia y ha sido utilizada en diferentes culturas a lo largo de los siglos. Su consumo crónico y nocivo está vinculado a una alta mortalidad y graves consecuencias físicas, mentales y socioeconómicas. Además, contribuye al desarrollo de enfermedades, trastornos mentales, violencia doméstica, pérdida de productividad, cirrosis hepática y enfermedades cardiovasculares (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024). Diversos factores, como la edad, sexo, circunstancias familiares, nivel socioeconómico, cultura y políticas de control del alcohol influyen en su consumo. A nivel mundial, el 5.1% de la morbilidad y lesiones se atribuyen al consumo de alcohol, con una tasa de mortalidad del 7.7% en hombres y 2.6% en mujeres. En 2016, el consumo promedio global de alcohol fue de 19.4 litros en hombres y 7 litros en mujeres y en América Latina el consumo fue 40% mayor que el promedio mundial (OMS, 2024).

En México, la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente [INPRFM], Instituto Nacional de Salud Pública [INSP], & Secretaría de Salud [SSA], 2017) revela que el 77.3% de los adultos ha consumido alcohol alguna vez, un 88.3% de hombres y un 67.3% de mujeres. El 53.3% de la población consumió alcohol en el último año y el 22.1% de la población reportó consumo excesivo en el último mes. La dependencia al alcohol afecta al 2.5% de la población, equivalente a 1.7 millones de personas, con prevalencia mayor en hombres (4.6%). La cerveza fue la bebida preferida en el 40.8% de los casos, seguida por destilados como el tequila y el vodka (19.1%).

Existen diferentes patrones de consumo de alcohol. El consumo de bajo riesgo se asocia con mínimas consecuencias; el binge drinking es el consumo intenso e implica riesgos elevados, mientras que el consumo perjudicial afecta tanto la salud mental como física. La dependencia, se caracteriza por un deseo intenso de consumir, con graves consecuencias sociales y personales (Khaderi, 2019). Al respecto, es importante considerar que el tratamiento del alcoholismo es complejo, dado el impacto del alcohol en el sistema nervioso central (Anton et al, 2014; Campbell, & McBride, 1995; Pervin, & Stephen, 2021; Wolfe et al., 2023).

El alcohol aumenta los niveles de dopamina en el núcleo accumbens, lo que afecta la toma de decisiones y el juicio (Campbell, & McBride, 1995; Weiss & Porrino, 2002; Volkow et al., 2007; Müller-Oehring



& Schulte, 2014). Además, el alcohol induce la liberación de opioides endógenos, lo que refuerza su efecto adictivo. Fármacos como la naltrexona, antagonista de opioides, son alternativas para el tratamiento del alcoholismo. Otros neurotransmisores, como la serotonina, el GABA y el glutamato, también juegan un papel importante en la adicción (Campbell et al., 1995; Rassnick et al., 1992; Seo & Sinha, 2014).

Debido a la variedad de efectos que el alcohol produce en el organismo, se han desarrollado tratamientos tanto farmacológicos como no farmacológicos para abordar el consumo problemático, con un enfoque que va más allá de la abstinencia, incluyendo el manejo de factores como el *craving*, que es fundamental en el proceso de recaída (Ponce et al., 2003; Seo & Sinha, 2014; Villarreal-Mata et al., 2022). En este sentido, el *craving* por alcohol se define como un deseo intenso y compulsivo de consumir la sustancia, el cual surge de alteraciones neurobiológicas asociadas a la dependencia.

El *craving* se relaciona con cambios en el sistema de recompensa del cerebro, en los circuitos dopaminérgicos y opioides, genera una respuesta de búsqueda del alcohol para aliviar sensaciones negativas o potenciar estímulos placenteros. Durante el proceso de abstinencia, puede intensificarse debido al desequilibrio de neurotransmisores, lo que hace que la persona experimente un impulso persistente hacia el consumo, aumentando así el riesgo de recaída (Seo & Sinha, 2014; Villarreal-Mata et al., 2022).

Para abordar la dependencia al alcohol, incluyendo el *craving*, se han desarrollado multitud de tratamientos farmacológicos. Entre los más utilizados se encuentran combinaciones de fármacos como acamprosato-naltrexona, sertralina-naltrexona y gabapentina-naltrexona, además de la naltrexona y la tiaprida. Estos medicamentos actúan bloqueando los receptores opioides y dopaminérgicos, disminuyendo el refuerzo positivo asociado al consumo. Por otro lado, fármacos como el acamprosato se enfocan en reducir los síntomas de abstinencia, facilitando así el proceso de recuperación y disminuyendo el *craving* (Ponce et al., 2003).

A pesar de la efectividad de los tratamientos farmacológicos, su éxito depende en gran medida de un enfoque integral que incluya intervenciones no farmacológicas como terapias psicológicas, mindfulness, terapias grupales. Estos enfoques ayudan a identificar factores desencadenantes y

promueven estrategias de afrontamiento, fortaleciendo la capacidad del individuo para resistir el impulso hacia el consumo en situaciones de riesgo (Rodríguez, & Torres, 2024).

Entre los tratamientos no farmacológicos, se encuentran los métodos complementarios, entre los cuales la Medicina Tradicional China (MTC) destaca por sus más de dos mil años de historia (Wirz-Ridolfi, 2019). Aunque no existe un protocolo estandarizado en MTC para el tratamiento del alcoholismo, debido a que su enfoque se centra en tratar al paciente de manera individual, considerando su constitución física, mental y emocional, así como su entorno y estilo de vida (Abuye, & Sánchez-Pérez, 2021). Por tanto la MTC considera que cada enfermedad tiene múltiples causas y manifestaciones que requiere un diagnóstico y tratamiento personalizado.

Es por esto que la aplicación de la MTC como complemento a otras terapias ha demostrado beneficios significativos en la reducción de síntomas relacionados, tales como depresión, ansiedad e impulsividad (Abuye, & Sánchez-Pérez, 2021; Maciocia, 2015; Odlaci & Duarte, 2022). De acuerdo con Maciocia (2009), la MTC aborda estos trastornos mediante técnicas como la acupuntura, reconocida por el Instituto Nacional de Salud (NIH) desde 1997 como un tratamiento complementario. La MTC se enfoca en regular el equilibrio emocional, tratando factores como ansiedad, depresión y el *craving*, que relaciona con el estancamiento de la energía emocional y el estrés (Bergdahl et al., 2017; Black et al., 2011; Maciocia, 2009; Martín, 2018).

La Medicina Tradicional China (MTC) otorga un papel central al concepto de *Shen*, que se refiere a la mente y el espíritu, considerándolo como una de las sustancias vitales del organismo. Según Maciocia (2009), el *Shen* del corazón es visto como el hogar de la mente, mientras que el espíritu abarca cinco aspectos mentales y espirituales: el alma etérea (*hun*), el alma corpórea (*po*), el intelecto (*yi*), la fuerza de voluntad (*zhi*) y la mente (*shen*). Esta concepción holística implica que la salud mental y emocional está intrínsecamente relacionada con el bienestar físico, lo que refleja la integración entre mente y cuerpo, un principio fundamental en la MTC.

La interacción de estas dimensiones se articula a través de lo que se conocen como los “tres tesoros”: esencia (*Jing*), *Qi* (energía vital) y *Shen*. Estos tres componentes son interdependientes y su equilibrio es esencial para mantener la salud. Por ejemplo, la *esencia* es responsable de las funciones físicas y el crecimiento, el *Qi* actúa como la fuerza motriz detrás de todas las actividades vitales, y el *Shen* es la



manifestación de la conciencia y la emocionalidad. De acuerdo con McPherson & McGraw (2013) la armonización de estos elementos no solo contribuye a la salud física, sino que también es crucial para el equilibrio emocional y psicológico, lo que a su vez influye en la capacidad de enfrentar el estrés y las adicciones.

Este enfoque integrador de la MTC proporciona un marco valioso para comprender y tratar trastornos como el alcoholismo, donde las intervenciones dirigidas a regular el *Shen* pueden aliviar síntomas como la ansiedad y el *craving*. A través de técnicas como la acupuntura y meditación, se busca restablecer el equilibrio entre estos tres tesoros, fomentando así una recuperación más efectiva y sostenida (Cisneros & García, 2020; Maciocia, 2009).

Aunque no existe un tratamiento estandarizado universalmente aceptado para el consumo problemático de alcohol, métodos alternativos como la MTC han empezado a ganar aceptación y reconocimiento en contextos terapéuticos. Saavedra (2016) sostiene que, según la MTC, las emociones son el resultado de desajustes en el flujo de *Qi*, lo que sugiere que técnicas como la acupuntura pueden ser efectivas para regular estos desequilibrios emocionales y, por ende, contribuir al manejo del alcoholismo.

Desde una perspectiva occidental, Skinner y Aubin (2010) plantean que el *craving* ha sido estudiado desde distintos modelos psicológicos, los cuales pueden agruparse en cuatro categorías principales. Los modelos de condicionamiento lo consideran como una respuesta automática e inconsciente desencadenada por estímulos asociados al consumo de sustancias. En contraste, los modelos cognitivos sugieren que surge a partir del procesamiento de la información, donde los pensamientos y creencias sobre la sustancia desempeñan un papel central en la intensificación del deseo.

Por su parte, los modelos psicobiológicos proponen que el *craving* tiene una base biológica significativa, enfocándose en factores neuroquímicos y componentes motivacionales que predisponen al individuo a buscar la sustancia. Mientras que, los modelos de motivación lo integran dentro de un marco más amplio de toma de decisiones, en el cual el deseo de consumir se ve influenciado por evaluaciones conscientes y decisiones motivacionales en función de metas y objetivos personales (Skinner & Aubin, 2010).

Es ampliamente reconocido que ninguna teoría o modelo explica de manera completa el fenómeno del *craving*, lo que subraya la necesidad de una aproximación multidimensional para su abordaje y

tratamiento. En este contexto, las terapias no farmacológicas, como la acupuntura, entrevista motivacional, terapia cognitivo-conductual (TCC) y el mindfulness, han demostrado una efectividad significativa en la gestión del craving y en el tratamiento del alcoholismo (Cui et al., 2008; Cowan, 2011).

La implementación de cualquier tipo de terapias o tratamiento contra la dependencia al alcohol enfrentan desafíos como la negación y resistencia al cambio en algunos pacientes y la falta de capacitación especializada entre los profesionales de la salud, lo cual limita la efectividad y el alcance de estas intervenciones (Gómez, & Valencia, 2024; Vedor, 2023). Por lo anterior, esta revisión sistemática explora y analiza las alternativas que coadyuven en el tratamiento ante el consumo problemático de alcohol, una sustancia ampliamente aceptada culturalmente pero con impactos graves a nivel personal, familiar y social.

El objetivo fue analizar la evidencia empírica disponible del año 2015 a abril del 2024 sobre la efectividad de la acupuntura en la regulación emocional del *craving* en adultos que consumen alcohol, mediante una revisión sistemática utilizando el método *The Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA, por sus siglas en inglés).

## **METODOLOGÍA**

La revisión sistemática se diseñó utilizando el método PICO, abordando a adultos mayores de 18 años en tratamiento por consumo de alcohol (P: Paciente o problema), para evaluar la efectividad de la acupuntura o Medicina Tradicional China (I: Intervención) en comparación con otros tipos de tratamiento (C: Comparación). El objetivo principal fue analizar la regulación emocional del craving como resultado terapéutico (O: Resultados). La pregunta de investigación que guió esta revisión fue: “¿Cuál es la efectividad de la acupuntura en la regulación emocional del craving de adultos en tratamiento por consumo de alcohol?”.

Posteriormente, se procedió a planificar y ejecutar los pasos establecidos en el Manual Cochrane (Higgins, 2019), definiendo los criterios de inclusión y exclusión para la selección de los estudios. Se realizó una búsqueda exhaustiva en al menos cinco bases de datos científicas, seleccionando y filtrando los artículos que cumplieran con los estándares metodológicos exigidos para su inclusión en el análisis. Los resultados, la discusión y la conclusión se desarrollaron con base en esta revisión sistemática.



## **Estrategia de búsqueda**

La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo en bases de datos académicas (PubMed, Scielo, Elsevier, Cochrane, Portal Regional de la BVS, previamente conocido como LILACS) cubriendo un período máximo de quince años. Para realizar la búsqueda sistemática se combinaron Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y términos Medical Subject Headings (MeSH) empleando los operadores booleanos AND, OR y NOT. Esta estrategia fue probada inicialmente en PubMed y luego replicada en las demás bases de datos.

## **Criterios de inclusión y exclusión**

Se incluyeron los siguientes estudios:

- 1) Artículos originales publicados entre 2015 y abril de 2024;
- 2) Publicaciones en revistas revisadas por pares;
- 3) Estudios en español, inglés o portugués;
- 4) Estudios de casos y controles;
- 5) Artículos que aborden el consumo de alcohol;
- 6) Participantes adultos, hombres y mujeres, de 18 a 90 años;
- 7) Estudios que analicen el tratamiento con acupuntura o MTC; 8) Estudios que exploren otros tratamientos dirigidos al consumo problemático de alcohol.

Se excluyeron: estudios cualitativos, revisiones sistemáticas, metaanálisis, guías basadas en evidencia, revisiones de literatura, estudios en animales no humanos, comentarios, y artículos de opinión experta.

## **Intervención y exposición**

Se seleccionaron estudios que evaluaran la efectividad de la acupuntura en la regulación emocional de adultos con consumo problemático de alcohol, siempre que cumplieran los criterios de selección.

## **Comparación y control**

Se incluyeron estudios que examinaron la relación y efectividad de la acupuntura en la regulación emocional del craving en adultos en tratamiento por consumo de alcohol.

La Tabla 1 presenta las palabras clave empleadas, basadas en los Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y términos de Medical Subject Headings (MeSH), mientras que la Tabla 2 describe la estrategia de búsqueda utilizada.



Tabla 1. Método de búsqueda

<b>Población</b>	<b>Intervención / Variable</b>	<b>Resultado</b>
<b>DeCS</b>		
Hombres	Acupuntura	Consumo de Bebidas
Mujeres	Puntos de Acupuntura	Alcohólicas
No niños	Terapia por Acupuntura	Consumo Excesivo de Bebidas Alcohólicas
No niñas	Acupuntura Auricular	Alcoholismo Ansia
No adolescentes	Electroacupuntura Meridianos	
<b>MeSH</b>		
Men	Acupuncture	Alcohol Drinking
Women	Acupuncture Points Acupuncture Therapy	Binge Drinking Alcoholism Craving
NOT adolescent	Acupuncture Ear	
NOT children	Electroacupuncture Meridians	
<b>Descriptor en portugués</b>		
Hombres	Acupuntura	Consumo de Bebidas
Mulheres	Pontos de Acupuntura	Alcohólicas
No Adolescente	Terapia por Acupuntura	Consumo Excessivo de Bebidas Alcoólicas
No Criança	Acupuntura Auricular Eletroacupuntura Meridianos	Alcoolismo Fissura

Fuente: elaboración propia.

**Tabla 2.** Pilotaje en Pub Med

"adult"[All Fields]) OR ("men"[All Fields]) OR ("women"[All Fields]) A	A	(Acupuncture) OR ("acupuncture"[All Fields]) OR ("acupuncture points"[All Fields]) OR ("acupuncture therapy"[All Fields]) OR ("acupuncture ear"[All Fields]) OR ("electroacupuncture"[All Fields]) OR ("meridians"[All Fields])	OR	A	("alcohol drinking"[All Fields]) OR ("binge drinking"[All Fields]) OR ("alcoholism"[All Fields]) OR ("craving"[All Fields])
--	---	---	----	---	---

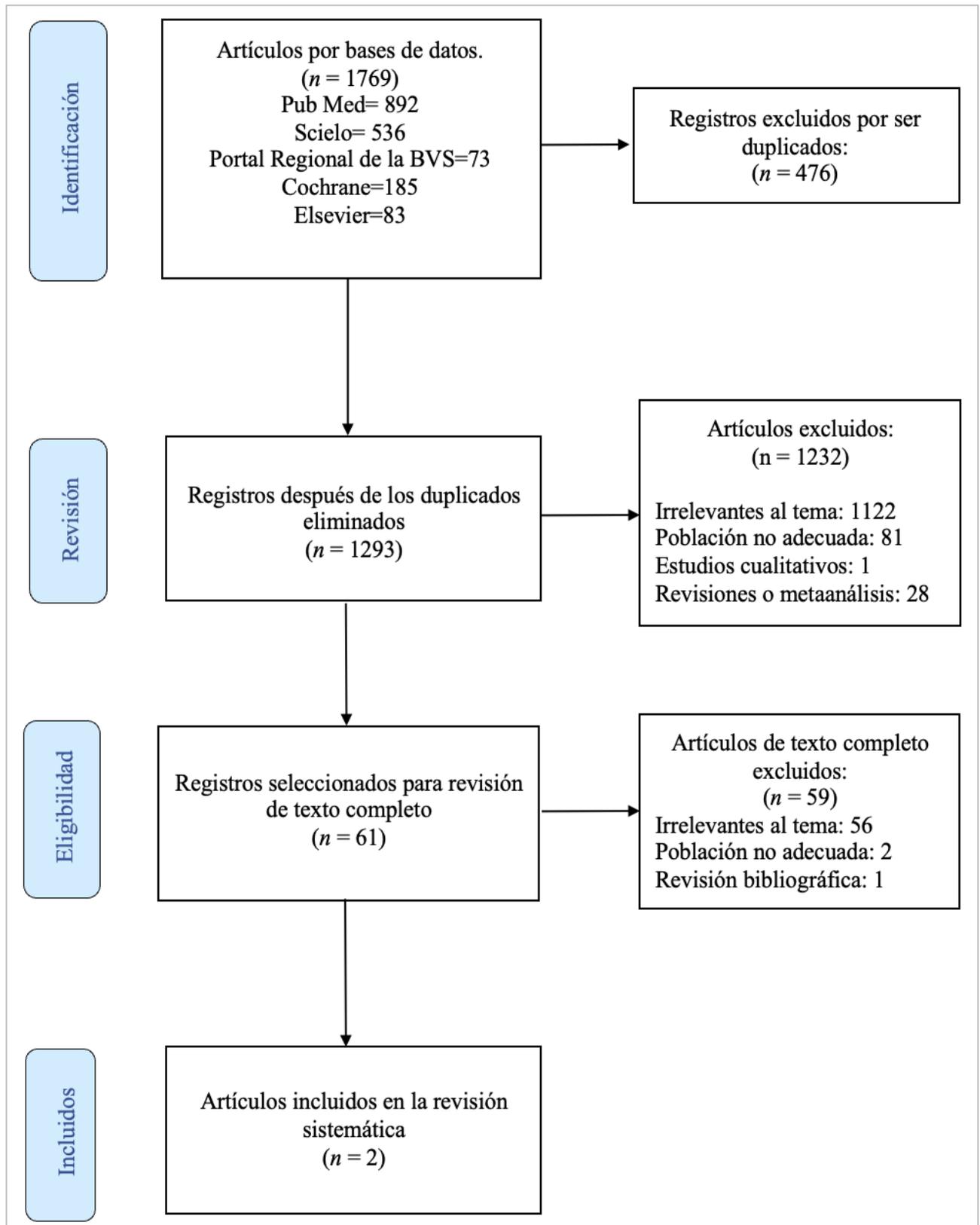
Fuente: elaboración propia.

El diagrama PRISMA (Figura 1) ilustra el proceso de inclusión y exclusión de artículos en esta revisión. De un total de 1,769 estudios inicialmente identificados, se eliminaron 476 estudios duplicados, quedando 1,293 estudios para evaluación.

Estos fueron analizados en función de los criterios de inclusión establecidos, revisando títulos y resúmenes. Como resultado del cribado inicial, se excluyeron 1,232 estudios, principalmente por no estar relacionados con el tema de investigación.

Posteriormente, se procedió a la revisión del texto completo de los 61 artículos restantes. De estos, 59 estudios fueron excluidos por las siguientes razones: irrelevancia temática (56), población no correspondiente (2) y ser revisiones bibliográficas (1). Finalmente, se seleccionaron 2 estudios para su análisis detallado.

**Figura 1.** Diagrama de PRISMA



Fuente: elaboración propia

## RESULTADOS

En la Tabla 3 se presentan las características de dos estudios analizados, los cuales se realizaron en Alemania y Corea del Sur, incluyeron muestras de hombres y mujeres mayores de 18 años, con una media de edad de 43 años, todos con dependencia al alcohol y con más de tres semanas en abstinencia. En ambos estudios se aplicó acupuntura con el objetivo de controlar o disminuir el *craving* o la ansiedad por el consumo de alcohol.

El estudio de Lee et al. (2015) demostró la efectividad de la acupuntura en la reducción del *craving* o ansiedad por el consumo de alcohol. Los autores reportaron un emparejamiento adecuado entre los grupos de intervención y control, sin diferencias significativas en el historial de consumo de alcohol entre ambos. La intervención consistió en la aplicación de acupuntura con aguja real en el punto Zhubin (KI9) dos veces por semana durante cuatro semanas, mientras que el grupo control recibió acupuntura con aguja placebo. Aunque dos de los participantes presentaban condiciones de salud como tuberculosis pulmonar y úlcera duodenal, no se observaron efectos secundarios asociados al tratamiento de acupuntura.

En cuanto a sus resultados, se evidenció un efecto significativo en la puntuación de la escala analógica utilizada para medir el *craving* en el grupo de intervención, así como una interacción significativa entre el tiempo y el grupo. Los autores reportaron que el *craving* en el grupo de intervención comenzó a reducirse a partir de la primera semana posterior al tratamiento, mientras que en el grupo control esta reducción no se observó hasta cuatro semanas después del tratamiento. Concluyen que la acupuntura en el punto Zhubin mostró ser efectiva para reducir el *craving* por consumo de alcohol en comparación con el grupo control.

En el estudio de Krause et al. (2020), se utilizó el protocolo NADA, que consiste en la aplicación de auriculo puntura para estimular el sistema nervioso parasimpático y contrarrestar el desequilibrio autónomo en pacientes con dependencia al alcohol. Los resultados indicaron que no hubo diferencias significativas entre los grupos en cuanto a edad, índice de masa corporal o sexo, y las comorbilidades (adicción al tabaco, hipertensión e hipercolesterolemia) fueron distribuidas equitativamente entre los participantes de ambos grupos.

Los efectos de la intervención fueron significativos en la disminución de la función autónoma y la variabilidad de la frecuencia cardíaca; el grupo de intervención experimentó un aumento en la variabilidad de la frecuencia cardíaca inmediatamente después de la intervención, efecto que se mantuvo a las cuatro semanas de seguimiento. Sin embargo, en la función autónoma sudomotora, función autónoma vasomotora y en las medidas psicométricas de craving, ansiedad o depresión, no se observaron diferencias entre los grupos en ninguno de los puntos de medición.



**Tabla 3.** Información relevante de los dos estudios incluidos en esta revisión sistemática

Autores	Diseño y Tamaño de muestra	Características de la muestra	Tipo de consumo	Intervención con MTC	Análisis estadístico	Resultados	Conclusiones
Lee et al. (2015)	Controlado aleatorizado  20 hombres mayores de 18 años	Usuarios con dependencia al alcohol Grupo intervención (n=10) Grupo control (n=10) Incluyeron las personas con más de 3 semanas de abstinencia al iniciar el estudio	Dependencia al alcohol	Acupuntura en el punto Zhubin (R-9) El grupo intervención fue tratado con acupuntura con aguja real en Zhubin (KI9) dos veces por semana, durante 4 semanas. El grupo de control fue tratado con acupuntura con aguja de placebo.	ANOVA El craving por alcohol se midió mediante la Escala Visual Analógica (EVA).	El efecto principal fue en el grupo intervención en la puntuación de EVA ( $df=1$ , $F=10.9$ , $p<0.01$ ). La puntuación EVA del grupo intervención con acupuntura se redujo a partir de la primera semana después del tratamiento (valor inicial 9.8 frente a 3.1 en la primera semana, $t=4.7$ , $p<0.01$ ), pero el del grupo de control no se redujo hasta las cuatro semanas posteriores al tratamiento (valor inicial 8.3 frente a 6.7 en la cuarta semana, $t=0.9$ , $p=0.35$ ).	La terapia con acupuntura con aguja real en Zhubin (R-9) mostró efectividad en la reducción del deseo de alcohol. La acupuntura en Zhubin (R-9) tuvo fuertes resultados en disminuir el craving y prevenir la recaída al alcohol.

Fuente: elaboración propia.



**Tabla 3.** Información relevante de los dos estudios incluidos en 3esta revisión sistemática (continuación)

Autores	Diseño y Tamaño de muestra	Características de la muestra	Tipo de consumo	Intervención con MTC	Análisis estadístico	Resultados	Conclusiones
Krause et al. (2020)	Aleatorizado controlado de tres brazos  72 personas (63 hombres y 9 mujeres) mayores de 18 años	Usuarios con más de tres meses en rehabilitación estándar (asesoramiento psicológico individual, terapia de grupo, psicología profunda, terapia conductual, experiencias laborales, fisioterapia y asesoramiento social)  1. Grupo acupuntura NADA 2. Grupo acupuntura simulada 3. Grupo control ninguna intervención  Incluyeron las personas con más de 3 semanas de abstinencia al iniciar el estudio	Dependencia al alcohol	Protocolo de acupuntura auricular (National Acupuncture Detoxification Association, [NADA], por sus siglas en inglés)  20 sesiones de acupuntura en seis semanas consecutivas. Cada sesión duró 30 minutos.  Se evaluó el deseo, la depresión, la ansiedad y el control autónomo del corazón (variabilidad de la frecuencia cardíaca, HRV), la vasculatura (flujometría láser Doppler) y las glándulas sudoríparas (respuesta cutánea simpática).	ANOVA	Los participantes del grupo NADA mostraron un aumento significativo en la Variabilidad de la Frecuencia Cardíaca inmediatamente después de la intervención en comparación con el inicio <i>DS</i> del intervalo e los intervalos R-R (NN) normales (SDNN): 72.8 ms ± 34.2 ms vs. 57.9 ms ± 31.2 ms, <i>p</i> = 0.001). Este aumento se mantuvo cuatro semanas después (66.2 ms ± 32.4 ms, <i>p</i> = 0.015).  El craving, ansiedad y depresión permanecieron inalterados cuando se aplicó la acupuntura simulada o NADA además de la rehabilitación.  No hubo diferencias entre los grupos del estudio en ningún momento de la medición.	La acupuntura NADA puede mejorar la función cardíaca autónoma, pero no pero no hubo cambios en las medidas psicométricas de craving, ansiedad y depresión, tampoco en la abstinencia sostenida.

Fuente: elaboración propia.



## DISCUSIÓN

En esta revisión sistemática se planteó analizar la evidencia empírica entre 2015 y abril de 2024 sobre la efectividad de la acupuntura en la regulación emocional del *craving* en adultos con consumo de alcohol. Se examinaron dos estudios realizados en diferentes contextos culturales como Alemania y Corea del Sur, que incluyeron muestras de hombres y mujeres de 41 a 60 años. Las intervenciones de Medicina Tradicional China (MTC) en estos estudios incluyeron acupuntura y auriculoterapia, cada una con protocolos específicos.

En el estudio de Lee et al. (2015), se analizó la historia de consumo de alcohol de los participantes, abordando factores críticos como la edad de inicio de consumo a los 18 años, prevalencias del consumo, cuantos años tenían con dependencia y que tuvieron más de 3 internamientos en instituciones psiquiátricas. Lo anterior fue diferente a la investigación de Krause et al. (2020), en donde el enfoque en pacientes en rehabilitación sin recaídas permitió observar el efecto de la acupuntura NADA en un contexto controlado y con estabilidad emocional, lo cual es relevante en el tratamiento de adicciones. Sin embargo, el estudio de Krause et al. (2020), se limitó al no considerar otros factores contextuales y socioeconómicos que pueden afectar la conducta adictiva, lo que sugiere una limitación en la generalización de sus hallazgos.

Los resultados de Lee et al. (2015) sugieren que la acupuntura en el punto Zhubin (R-9) podría ser una opción segura para prevenir recaídas en personas con dependencia al alcohol, una ventaja peculiar en su estudio fue la inducción de *craving* mediante la administración de pequeñas dosis de licor permitió a los autores una evaluación precisa de la respuesta emocional y conductual al consumo de alcohol. Lo que contrasta con estudios como el de Krause et al. (2020), donde no se observaron mejoras significativas en los síntomas de dependencia mediante acupuntura. Estas discrepancias subrayan la influencia que los diseños de estudio y la definición de intervenciones tienen en la variabilidad de los resultados, así como la necesidad de enfoques metodológicos consistentes.

La efectividad de la acupuntura también se exploró en el manejo de estados emocionales, como ansiedad, estrés y depresión, trastornos frecuentes en personas con consumo de alcohol. Los autores Krause et al. (2020) reportaron reducciones en la ansiedad y el estrés, apoyando el potencial de la acupuntura como un complemento en el tratamiento de trastornos emocionales asociados a la adicción.



Estos hallazgos sugieren que la MTC podría ser particularmente útil para ser integrada en el tratamiento integral de las adicciones, al abordar tanto el componente físico como el emocional.

Como práctica de más de 2000 años, la MTC se fundamenta en el equilibrio del flujo de “*Qi*” en el cuerpo, involucrando meridianos clave como los del hígado y el bazo, esenciales en la regulación emocional y la desintoxicación. La acupuntura parece influir en neurotransmisores importantes como las endorfinas y el GABA, lo cual podría mejorar la regulación emocional y reducir el *craving*.

A pesar de los resultados alentadores, es evidente la necesidad de investigaciones adicionales con diseños robustos y estándares metodológicos que permitan validar los beneficios de la acupuntura y su aplicación en el manejo del consumo de alcohol. El establecimiento de protocolos estandarizados que integren la MTC podría optimizar los tratamientos de adicciones y contribuir a una mayor comprensión de los mecanismos subyacentes en la regulación emocional de pacientes con problemas de consumo de alcohol y comorbilidades como la ansiedad y la depresión.

## CONCLUSIÓN

La presente revisión sistemática da evidencia que la acupuntura, en sus diferentes modalidades, muestra un potencial alentador como intervención complementaria para la regulación de emociones y manejo del *craving* en adultos con consumo de alcohol. Los estudios revisados destacan la capacidad de la acupuntura para influir positivamente en indicadores específicos, como la reducción del *craving* o ansiedad por la sustancia, que son factores críticos en el tratamiento y prevención de recaídas en personas con dependencia alcohólica. Sin embargo, los resultados varían considerablemente entre los estudios debido a diferencias, que pueden estar explicadas por el diseño metodológico, protocolos de intervención y el contexto cultural de cada investigación.

A pesar de la amplia tradición y el marco teórico de la Medicina Tradicional China, los hallazgos de esta revisión indican la necesidad de estudios adicionales con diseños rigurosos que incluyan grupos de control y seguimiento a largo plazo para validar la efectividad y seguridad de la acupuntura en el manejo de la dependencia al alcohol. Además, establecer protocolos estandarizados permitiría integrar la práctica de acupuntura de manera más estructurada en el tratamiento de las adicciones, considerando tanto la dependencia como los trastornos emocionales que frecuentemente la acompañan.



En conclusión, la acupuntura se presenta como una intervención segura y potencialmente útil para apoyar la regulación emocional del *craving* en personas con consumo de alcohol, pero su implementación en el ámbito clínico requerirá de una mayor evidencia que permita establecer recomendaciones prácticas basadas en protocolos efectivos y bien fundamentados científicamente.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Abuye, N. O., & Sánchez-Pérez, I. (2021). Effectiveness of acupuncture and auriculotherapy to reduce the level of depression, anxiety and stress in emergency health personnel during the COVID-19 pandemic. *Revista Internacional de Acupuntura*, 15(2), 43-50. <https://doi.org/10.1016/J.ACU.2021.04.001>
- Anton, R. F., Schacht, J. P., & Book, S. W. (2014). Pharmacologic treatment of alcoholism. *Handbook of Clinical Neurology*, 125, 527-542. <https://doi.org/10.1016/B978-0-444-62619-6.00030-6>
- Bergdahl, L., Broman, J. E., Berman, A. H., Haglund, K., von Knorring, L., & Markström, A. (2017). Auricular acupuncture versus cognitive behavioural therapy in the discontinuation of hypnotic drug usage, and treatment effects on anxiety, depression and insomnia symptoms – a randomized controlled study. *European Journal of Integrative Medicine*, 16, 15-21. <https://doi.org/10.1016/J.EUJIM.2017.10.002>
- Black, S., Carey, E., Webber, A., Neish, N., & Gilbert, R. (2011). Determining the efficacy of auricular acupuncture for reducing anxiety in patients withdrawing from psychoactive drugs. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 41(3), 279-287. <https://doi.org/10.1016/J.JSAT.2011.04.001>
- Campbell, A. D., & McBride, W. J. (1995). Serotonin-3 receptor and ethanol-stimulated dopamine release in the nucleus accumbens. *Pharmacology Biochemistry and Behavior*, 51(4), 835-842. [https://doi.org/10.1016/0091-3057\(95\)00050-7](https://doi.org/10.1016/0091-3057(95)00050-7)
- Cisneros, D. A., & García, J. A. (2020). *El Shen y su enfoque tradicional chino* (Tesis de licenciatura). Escuela Dragón de Jade. <http://escueladragondejade.com/wp-content/uploads/2020/11/Garcia-Juan-Cisneros-Davis-EL-SHEN-Y-SU-ENFOQUE-TRADICIONAL-CHINO.pdf>
- Cowan, D. (2011). Methodological issues in evaluating auricular acupuncture therapy for problems arising from the use of drugs and alcohol. *Acupuncture in Medicine: Journal of the British Medical Acupuncture Society*, 29(3), 227-229. <https://doi.org/10.1136/AIM.2010.003772>



- Cui, C. L., Wu, L. Z., & Luo, F. (2008). Acupuncture for the treatment of drug addiction. *Neurochemical Research*, 33(10), 2013-2022. <https://doi.org/10.1007/s11064-008-9784-8>
- Gómez, G. E., & Valencia, V. D. (Eds.). (2024). *De emociones, agencia y adicciones. Entre la destrucción y la esperanza: Aportes y reflexiones desde un estado del arte*. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente. <https://doi.org/10.31391/cclt7859>
- Higgins JPT, Thomas J, Chandler J, Cumpston M, Li T, Page MJ, Welch VA (editors). *Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions*. 2nd Edition. Chichester (UK): John Wiley & Sons, 2019.
- Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz; Instituto Nacional de Salud Pública, Comisión Nacional Contra las Adicciones, Secretaría de Salud. Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017: Reporte de Alcohol. Villatoro-Velázquez JA, Resendiz Escobar, E., Mujica Salazar, A., Bretón-Cirett, M., Cañas-Martínez, V., Soto Hernández, I., FregosoIto, D., Fleiz-Bautista, C., Medina-Mora ME., Gutiérrez-Reyes, J., FrancoNúñez, A., Romero-Martínez, M. & Mendoza-Alvarado, L. Ciudad de México, México: INPRFM; 2017. Disponible en: [www.inprf.gob.mx](http://www.inprf.gob.mx), [www.cenadic.salud.gob.mx](http://www.cenadic.salud.gob.mx)
- Khaderi, S. A. (2019). Introduction: Alcohol and Alcoholism. *Clinics in Liver Disease*, 23(1), 1-10. <https://doi.org/10.1016/J.CLD.2018.09.009>
- Krause, F., Penzlin, A. I., Ritschel, G., Barlinn, K., Reichmann, H., Weidner, K., Siepmann, M., & Siepmann, T. (2020). Randomized controlled three-arm study of NADA acupuncture for alcohol addiction. *Addictive Behaviors*, 110. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106488>
- Lee, J. S., Kim, S. G., Jung, T. G., Jung, W. Y., & Kim, S. Y. (2015). Effect of Zhubin (KI9) acupuncture in reducing alcohol craving in patients with alcohol dependence: A randomized placebo-controlled trial. *Chinese Journal of Integrative Medicine*, 21(4), 307-311. <https://doi.org/10.1007/s11655-014-1851-1>
- Maciocia, G. (2015). *Los fundamentos de la medicina china: Texto de referencia para acupuntores y fitoterapeutas* (2ª ed.). Elsevier.



- Maciocia, G. (2009). The psyche in Chinese medicine. Treatment of emotional and mental disharmonies with acupuncture and Chinese herbs. *Churchill Livingstone*, 28(1), 57-58.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23981404/>
- McPherson, F., & McGraw, L. (2013). Treating generalized anxiety disorder using complementary and alternative medicine. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 19(5), 45-50.
- Martín, N., Orbe, A., Montero, I., & Gómez, B. (2018). Impacto social de la auriculoterapia en pacientes con estrés y ansiedad. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5, 146-156.  
[http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2550-67222018000100146&lang=pt](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2550-67222018000100146&lang=pt)
- Müller-Oehring, E. M., & Schulte, T. (2014). Cognition, emotion, and attention. *Handbook of Clinical Neurology*, 125, 341-354. <https://doi.org/10.1016/B978-0-444-62619-6.00020-3>
- Odlaci, R., & Duarte, L. (2022). Acupuntura como ferramenta de cuidado emocional e bem-estar. *Diversitá: Revista Multidisciplinar Do Centro Universitário Cidade Verde*, 8(1).  
<https://revista.unifcv.edu.br/index.php/revistapos/article/view/396>
- Organización Mundial de la Salud (2024). Alcohol. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
- Pervin, Z., & Stephen, J. M. (2021). Effect of alcohol on the central nervous system to develop neurological disorder: pathophysiological and lifestyle modulation can be potential therapeutic options for alcohol-induced neurotoxication. *AIMS Neuroscience*, 8(3), 390-413.  
<https://doi.org/10.3934/NEUROSCIENCE.2021021>
- Ponce, G., Arriero, M. A., & Rubio, G. (2003). Tratamiento farmacológico de la dependencia alcohólica. *Trastornos Adictivos*. <https://www.elsevier.es/es-revista-trastornos-adictivos-182-articulo-tratamiento-farmacologico-dependencia-alcoholica-13045024>
- Rassnick, S., D'amico, E., Riley, E., Pulvirenti, L., Zieglgänsberger, W., & Koob, G. F. (1992). GABA and nucleus accumbens glutamate neurotransmission modulate ethanol self-administration in rats. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 654(1), 502-505.  
<https://doi.org/10.1111/J.1749-6632.1992.TB26013.X>



- Rodríguez, T. A., & Torres, T. M. (2024). Estrategias no farmacológicas en el tratamiento de la ansiedad. *Atención Primaria Práctica*, 6(2), 100193.  
<https://doi.org/10.1016/J.APPR.2024.100193>
- Saavedra, N. S. (2016). Conceptualización de las emociones en tres sistemas médicos: la medicina tradicional china, ayurveda y medicina tradicional mexicana. *Revista latinoamericana de estudios sobre cuerpos, emociones y sociedad*, 8, 41-53.  
<https://www.redalyc.org/journal/2732/273245298005/html/>
- Seo, D., & Sinha, R. (2014). The neurobiology of alcohol craving and relapse. *Handbook of Clinical Neurology*, 125, 355-368. <https://doi.org/10.1016/B978-0-444-62619-6.00021-5>
- Skinner, M. D., & Aubin, H. J. (2010). Craving's place in addiction theory: contributions of the major models. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 34(4), 606-623.  
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2009.11.024>
- Vedor, J. E. (2023). Revisiting Carl Jung's archetype theory a psychobiological approach. *Bio Systems*, 234. <https://doi.org/10.1016/J.BIOSYSTEMS.2023.105059>
- Villarreal-Mata, J. L., Sánchez-Gómez, M., Navarro-Oliva, E. I. P., Castillo, M. M. A., Facundo, F. R. G., García, K. S. L., & Esteve, E. B. (2022). Inteligencia emocional como mediador del craving y el riesgo de recaída en adultos en tratamiento por consumo de alcohol. *Revista Científica Salud Uninorte*, 38(3), 729-741. <https://doi.org/10.14482/SUN.38.3.152.4/>
- Volkow, N. D., Fowler, J. S., Wang, G. J., Swanson, J. M., & Telang, F. (2007). Dopamine in drug abuse and addiction: results of imaging studies and treatment implications. *Archives of Neurology*, 64(11), 1575-1579. <https://doi.org/10.1001/ARCHNEUR.64.11.1575>
- Weiss, F., & Porrino, L. J. (2002). Behavioral Neurobiology of Alcohol Addiction: Recent Advances and Challenges. In *The Journal of Neuroscience* 9(22).  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11978808/>
- Wirz-Ridolfi, A. (2019). The History of Ear Acupuncture and Ear Cartography: Why Precise Mapping of Auricular Points Is Important. *Https://Home.Liebertpub.Com/Acu*, 31(3), 145-156.  
<https://doi.org/10.1089/ACU.2019.1349>



Wolfe, M., Menon, A., Oto, M., Fullerton, N. E., & Leach, J. P. (2023). Alcohol and the central nervous system. *Practical Neurology*, 23(4), 273-285. <https://doi.org/10.1136/PN-2023-003817>

