

Uno studio USA conferma l'efficacia dell'antica terapia della Medicina Tradizionale Cinese

Un consiglio agli stressati cronici, quelli perennemente alle prese con ansia e tensioni varie, irascibilità e difficoltà di digestione: se pensate di averle provate proprio tutte contro lo stress, sempre senza successo, ve ne resta una. Ufficialmente efficace, anche secondo la medicina tradizionale: l'agopuntura. L'antica terapia della medicina cinese con gli aghi può ridurre in modo significativo i livelli del neuropeptide Y, una proteina legata allo stress cronico.

Un nuovo studio pubblicato sulla rivista scientifica "Experimental Biology and Medicine" evidenzia le proprietà dell'agopuntura di agire sullo stress, in particolare quello definito cronico.

Una nuova arma

Sono stati i ricercatori del Georgetown University Medical Center (GUMC) ad aver testato su modello animale gli effetti dell'agopuntura sul neuropeptide Y (NPY). Questa proteina secreta dal sistema nervoso simpatico umano è indicatore dei livelli di stress a cui una persona può essere soggetta. I risultati ottenuti in questo studio fanno ben sperare di poter contribuire a spiegare il perché in molti beneficiano di questo tipo di trattamento, e la possibilità di testare direttamente gli effetti sull'essere umano può offrire speranze nel trattare un tipo di disturbo assai difficile, che può causare ipertensione e malattie cardiache.

Per la prima volta

Il professor Ladan Eshkevari e colleghi hanno dunque testato gli effetti dell'agopuntura sui livelli nel sangue del neuropeptide Y, un peptide coinvolto nel sistema di risposta allo stress acuto che si manifesta con azioni quali la lotta o la fuga mentre, a livello fisiologico, si ha una costrizione del flusso di sangue nella maggioranza del corpo, a eccezione di cuore, polmoni e cervello che, per contro, devono essere attivi per poter reagire al presunto pericolo.

«Si ritiene da tempo che l'agopuntura possa ridurre lo stress, ma questo è il primo studio a mostrare una prova molecolare di questo beneficio», sottolinea Eshkevari.

In questo studio, durato due settimane, un gruppo di topi è stato suddiviso in quattro gruppi: un primo gruppo che ha fatto da controllo a cui non è stata eseguita alcuna terapia e che non è stato sottoposto a stress; un secondo gruppo che è stato sottoposto a stress per un'ora al giorno, ma non è stato sottoposto ad agopuntura; un terzo gruppo che è stato stressato e ha ricevuto trattamenti di finta agopuntura e, infine, un quarto gruppo che è stato stressato e ha ricevuto i trattamenti di agopuntura.

I risultati dei test hanno mostrato che nel gruppo "agopuntura" i livelli di NPY era sceso quasi al livello di quello del gruppo di controllo.

Al contrario, i topi del gruppo stressato ma non trattato con l'agopuntura, mostrava di avere alti livelli di questo neuropeptide.

Efficacia duratura

Una seconda fase dello studio ha evidenziato un risultato interessante: i topi del gruppo "agopuntura" sono stati messi di nuovo sotto stress per quattro giorni, ma non hanno più ricevuto il trattamento di agopuntura. Le analisi del sangue condotte al termine del test hanno mostrato che i livelli di NPY erano rimasti bassi.