

## El tratamiento de la cervicalgia con la terapia *Su-Jok*

### *Su-Jok* therapy for cervicalgia treatment

Julio César Pérez Cruz,<sup>1</sup> Adrianna Maria Sotelo Matos,<sup>1</sup> Yudmila Fuentes Castaigne,<sup>2</sup> Ana Margarita Pérez Pérez<sup>3</sup>

1. Especialista de Primer Grado en Medicina General Integral. Instructor. Policlínico Mario Gutiérrez Ardaya. Holguín. Cuba.

2. Especialista de Primer Grado en Medicina General Integral. Profesora Asistente. Policlínico Mario Gutiérrez Ardaya. Holguín. Cuba.

3. Máster en Medicina Natural y Tradicional. Asistente. Policlínico Mario Gutiérrez Ardaya. Holguín. Cuba.

---

### RESUMEN

**Introducción:** alrededor del 10% de la población adulta sufre, en algún momento de su vida, de cervicalgia. La columna cervical mantiene el equilibrio de la cabeza, lo que explica el aumento de la incidencia de cervicalgias, como consecuencia de posturas incorrectas, obligadas y mantenidas por un largo tiempo.

**Objetivo:** determinar, según variables sociodemográficas y biomédicas, la eficacia de la terapia *Su-Jok* en el tratamiento de la cervicalgia.

**Métodos:** se realizó un estudio cuasi experimental en la Sala de Rehabilitación del Policlínico Mario Gutiérrez Ardaya, del municipio de Holguín, en el período septiembre de 2015 a febrero de 2016. Remitidos por diferentes consultorios médicos, la muestra estuvo constituida por 30 pacientes. Se les aplicó la terapia *Su-Jok*, con el objetivo de eliminar los síntomas y las sensaciones dolorosas.

**Resultados:** el sexo femenino resultó el más afectado con un 66,67% y los pacientes de 30 a 39 años alcanzaron un 50%. La actividad laboral que más pacientes afectó fue la de los

cuentapropistas, con el 40%. Antes de la intervención, en el 63,33% predominaba el dolor severo. Luego de esta, el 76,67% presentó dolor ligero. El 53,33% de los pacientes mejoraron de la 5<sup>ta</sup> a la 8<sup>va</sup> sesión.

**Conclusiones:** para la cervicalgia, la terapia *Su-Jok* es efectiva. En el futuro se requieren ensayos clínicos aleatorios controlados, que validen definitivamente la terapia utilizada.

**Palabras clave:** terapia *Su-Jok*, dolor, cervicalgia.

---

## ABSTRACT

**Introduction:** nearly 10% of adult population has a cervicalgia episode. Cervical spine keeps head balance; without it, muscular structure is forced to work harder. Cervicalgias raise is the result of long hours forced body positions.

**Objective:** determining the effectiveness of *Su-Jok* therapy on cervicalgia treatment, according to biomedical and demographical variables.

**Methods:** a quasi-experimental survey was carried out at the rehabilitation ward of "Mario Gutierrez Ardaya" clinic, at Holguín municipality, from September 2015 to February 2016. Sample was composed by 30 patients, referred to our center by their family doctors. Therapy was applied and the technique used was *Su-Jok*, to diminish symptoms and pain.

**Results:** patients were 30-39 years old with 50%. Female were the most affected up to 66.67%. Self-employed patients were the most affected with 40%. Before the intervention, severe pain lead numbers with 63.33% and later, 76.67% showed light pain. The 53.33% of patients showed positive reactions from the 5<sup>th</sup> till 8<sup>th</sup> sessions.

**Conclusions:** *Su-Jok* therapy is effective in cervicalgia. Controlled clinical trials are required therapy validation and usage.

**Keywords:** *Su-Jok* therapy, pain, cervicalgia.

---

## INTRODUCCIÓN

La acupuntura *Su-Jok* es una de las ramas de la medicina *Onnury*, creada y desarrollada en los años 1970 y 1980, del siglo XX. Fue elaborada por el científico surcoreano *Park Jae Woo*. *Su* significa mano, y *Jok*, pie. Este método es simple y fluye de manera natural, pues con el sistema básico se puede entender todo de una forma lógica. Para su desarrollo, este método estipula varias formas de

activación de las manos y los pies. El *Su-Jok* se considera una terapia novedosa, que combina la acupuntura con la presión digital, imanes y semillas; para lograr en poco tiempo el equilibrio interno de nuestro organismo.<sup>1,2</sup>

La terapia *Su-Jok* plantea la etiología y la patogénesis de las enfermedades. Las manos y los pies son las estructuras más similares a nuestro cuerpo y tienen un alto nivel de funcionalidad. Cada unidad estructural y funcional del cuerpo tiene su propio sistema de correspondencia (el brazo con la mano, la pierna con el pie, la cabeza con los ojos, nariz, oídos). Por eso el sistema de correspondencia de las manos y los pies resulta de los más efectivos de comprobar en la práctica.<sup>1-3</sup>

Existen 4 sistemas de correspondencia en las manos y los pies:

1-Sistema de correspondencia básico: ocupa toda el área de las manos y los pies.

2- Sistema del insecto: localizado en cada dedo de la mano y del pie.

3- Minisistema de correspondencia: falange distal de los dedos de las manos y los pies

4- Sistema de cabeza invertida: región dorsal de la falange distal de los dedos.<sup>2,3</sup>

Todo esto es muy sencillo y de bajo costo, pues no se requiere un equipo sofisticado para obtener resultados benéficos. Esta terapia puede ser aplicada a personas con exceso de pudor, ya que el terapeuta solo manipula manos y pies. Es muy beneficiosa en el tratamiento con niños y en pacientes con cáncer, ya que no provoca ningún temor.<sup>2,3</sup>

La terapia *Su-Jok* tiene una importancia relevante; porque no tiene contraindicaciones ni efectos secundarios.<sup>4-6</sup>

La ventaja de este sistema es su simplicidad, seguridad y eficacia. Resulta muy sencillo de aprender y los resultados son sorprendentes. En tan solo minutos se pueden obtener excelentes resultados. No se manejan puntos peligrosos o perjudiciales para el cuerpo; por lo cual se puede usar en cualquier profesión relacionada con la salud, además de ser reconocida su alta eficiencia. Si dicha terapia se aplica debidamente, el efecto se obtiene en unos minutos y a veces en segundos.<sup>7</sup>

Alrededor del 10% de la población adulta sufre en algún momento de su vida de cervicalgia; dolor que habitualmente se presenta en la cara posterior o caras laterales del cuello. La columna cervical consta de 7 vértebras que forman un suave arco de convexidad anterior y contribuye a mantener el

equilibrio de la cabeza. Para comprobar la posición correcta, miramos hacia delante y colocamos un cartón entre los dientes y si este se mantiene en posición totalmente horizontal. Esta posición de equilibrio es muy importante. De no ser así, la musculatura está trabajando forzosamente, lo que explica el aumento de la incidencia de cervicalgias, como consecuencia de posturas incorrectas, obligadas y mantenidas por largo tiempo.<sup>7-9</sup>

Las principales razones para la realización del estudio son:

1. Aumento de la incidencia y prevalencia de la cervicalgia en la población del área de salud del Policlínico Mario Gutiérrez Ardaya, del municipio de Holguín.
2. Insuficientes investigaciones anteriores sobre esta temática, que revele la incidencia real y defina las causas.
3. Desconocimiento en la población, especialmente en los que intervienen en el cuidado y educación de los pacientes sobre las causas de la cervicalgia.
4. Falta de antecedentes de intervención educativa, que favorezcan su incidencia.
5. Incipiente conocimiento de la terapia *Su-Jok* y sin investigaciones que demuestren la efectividad de esta terapia.

De lo anterior se define como problema científico: ¿será efectiva la terapia *Su-Jok* para tratar la cervicalgia?

Por tanto, el objetivo de esta investigación es: determinar la eficacia de la terapia *Su-Jok* en el tratamiento de la cervicalgia, según las variables sociodemográficas y biomédicas.

## **MÉTODOS**

Se realizó un estudio cuasi experimental en la Sala de Rehabilitación del Policlínico Mario Gutiérrez Ardaya, del municipio Holguín, en el período septiembre del 2015 a febrero del 2016. La población estuvo constituida por 70 pacientes con diagnóstico de cervicalgia, que asistieron a la consulta de dicha sala. La muestra fue de 30 pacientes, tomados por muestreo simple aleatoria, por afluencia de los pacientes remitidos a nuestro centro, por los diferentes consultorios médicos. A estos pacientes se les aplicó el tratamiento. El diagnóstico de cervicalgia fue clínico.

Las variables utilizadas aparecen en la [tabla I](#).

**Tabla I.** Operacionalización de las variables

VARIABLES	Tipo	ESCALA	DESCRIPCIÓN
Sexo	Cualitativa nominal	Femenino	Según sexo biológico
		Masculino	
Edad	Cuantitativa continua (al categorizarse se hace ordinal)	30-39	Según años cumplidos
		40-49	
		50-60	
Ocupación	Cualitativa nominal	Obreros	Según ocupación actual
		Cuentapropistas	
		Amas de casa	
Evolución Periódica	Cualitativa nominal	1 a 4 sesiones	Según sesiones de tratamiento
		5 a 8 sesiones	
		9 a 12 sesiones	
Escala del dolor (EVA)	Cuantitativa	0: ausencia del dolor	Según indique el paciente
		1 - 3: ligero	
		3.1-6: moderado	
		6.1-10: severo	
Evolución	Cualitativa nominal	Mejorado	Según refiere el paciente
		No mejorado	

La técnica utilizada fue *Su-Jok* para estimular el punto correspondiente al alivio del dolor en la primera falange del dedo pulgar; con el objetivo de eliminar las sensaciones dolorosas y otros síntomas.

Para realizar esta investigación se utilizaron diferentes métodos estadísticos:

- Métodos teóricos

Análisis-síntesis: para profundizar en las fuentes bibliográficas, partiendo de la recopilación de datos e informaciones obtenidas y fundamentar teóricamente la investigación.

Inducción-deducción: nos proporciona un conocimiento verdadero sobre la realidad.

- Métodos empíricos

Observación: evaluando el estado general de cada paciente.

Entrevista: se le aplicó a cada paciente estudiado, en la consulta de Medicina Natural y Tradicional en el Policlínico Mario Gutiérrez Ardaya.

Durante el desarrollo de la investigación, se tuvo en cuenta la evolución clínica de los pacientes. Se realizaron tres cortes evolutivos correspondientes a 4 sesiones de tratamiento, cada uno.

Esquema de tratamiento:

- Sistema básico de mano: tratamiento con puntos ansiolíticos, hipófisis, circulación cerebral y puntos específicos de cervical.
- 2 sesiones semanales con terapia *Su-Jok*.
- Cada paciente fue valorado semanalmente por el especialista en Fisiatría.
- Se les sugirió a los pacientes que no tomaran ningún fármaco analgésico, durante la realización de esta terapia.

En estas semanas de tratamiento, se utilizó una escala visual analógica (anexo 1), para calcular la magnitud del dolor; tanto antes como después del tratamiento con terapia *Su-Jok*; así como la encuesta, a fin de recolectar toda la información.

Análisis estadístico

Se empleó el test de *McNemar* para la comparación de proporciones independientes, emparejadas en EPIDAT 4,2 (*Xunta de Galicia, OPS, Universidad CES, OMS, 2016*). El nivel de significación escogido fue del 5%.

Aspectos éticos

Todos los pacientes dieron su consentimiento para participar en esta investigación, aprobada previamente por el Consejo Científico de la institución auspiciadora.

Conflictos de intereses

Los autores refirieron que no presentaron conflictos de intereses.

## RESULTADOS

La mayoría de los pacientes estudiados eran cuentapropistas del sexo femenino, entre los 30 y 39 años ([tabla II](#)).

**Tabla II.** Distribución según sexo, edad y ocupación laboral

Sexo	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa	%
Femenino	20	0,66	66,67
Masculino	10	0,33	33,33
Grupos de edades (años)			
30-39	15	0,50	50
40-49	5	0,16	16,67
50-60	10	0,33	33,33
Ocupación laboral			
Cuentapropistas	12	0,40	40
Obreros	10	0,33	33,33
Amas de casa	8	0,26	26,67
Total de pacientes	30	1,00	100

Fuente: historias clínicas y encuesta

La mayoría de los pacientes presentaron dolor severo antes de la intervención y dolor ligero después de la intervención ([tabla III](#)).

**Tabla III.** Frecuencia de la magnitud del dolor antes y después de la intervención

Magnitud del dolor	Antes		Después		Test de <i>McNemar</i>
	n	%	n	%	
Ligero	2	6,67	23	76,67	P < 0,05
Moderado	9	30,0	5	16,67	
Severo	19	63,33	2	6,67	
Total	30	100,0	30	100,0	

Fuente: Escala Visual Analógica aplicada a pacientes

La mayor cantidad de pacientes mejoraron en el segundo corte de tratamiento, o sea, de la 5<sup>ta</sup> a la 8<sup>va</sup> sesión de tratamiento con 16 pacientes, representaron el 53,33% ([tabla IV](#)).

**Tabla IV.** Evaluación periódica de los pacientes

Evolución periódica	Mejorados		No Mejorados		Total	
	n	%	n	%	n	%
1-4 sesiones	4	13,33	0	0,00	4	13,33
5-8 sesiones	16	53,33	1	3,33	17	56,67
9-12 sesiones	8	26,67	1	3,33	9	30,00
Total	28	93,33	2	6,67	30	100

No se reportaron reacciones adversas en los pacientes atendidos con esta terapia.

## **DISCUSIÓN**

En relación con la edad, los resultados de esta investigación se corresponden con lo planteado por autores como *Eroski Consumer*,<sup>10</sup> quien señala que esta enfermedad es más frecuente en adultos jóvenes; por el tipo de labor y los esfuerzos físicos que realizan, tanto en el hogar como en el centro de trabajo. Estos resultados coinciden con Yolanda Dorado<sup>11</sup> y Pérez y cols.<sup>1</sup> en ancianos con afecciones de la rodilla.

Se observó que, el sexo femenino resultó ser el más afectado por la cervicalgia, lo que se corresponde con otro estudio realizado por la autora Yolanda Dorado,<sup>11</sup> debido a que las mujeres realizan mayormente actividades que afectan la región cervical, con desajustes osteomioarticulares.

Después de la intervención, la mayoría de los pacientes pasaron del dolor severo al dolor ligero; lo que avala la efectividad de este tipo de terapia. Autores como *Clarett*<sup>12</sup> en 2012 y *Menetti y cols.*<sup>13</sup> en 2011, realizaron estudios sobre las escalas de valoración del dolor mundialmente difundidas, para calcular sus diferentes magnitudes con otro diseño de estudio. Lo anterior nos permitió equiparar sus resultados.<sup>14</sup>

Para el tratamiento de la cervicalgia se han propuesto diferentes modalidades terapéuticas, como los antiinflamatorios no esteroideos, analgésicos y la acupuntura.<sup>7</sup> La terapia *Su-Jok* constituye una alternativa eficaz en el tratamiento del dolor en general y de la cervicalgia en particular que, por su bajo costo pudiera emplearse en la atención primaria de salud; aunque se requieren más estudios que corroboren los resultados de esta investigación.

## **CONCLUSIONES**

La terapia *Su-Jok* es efectiva para la cervicalgia. En el futuro, se requieren ensayos clínicos aleatorios controlados que validen definitivamente esta terapia.

## **ANEXO**



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Triana Pérez I, González González M, Inchausti González LG, Ávila López H, Vargas Roque LF. Tratamiento del dolor mediante Sistema Su Jok para afecciones de la rodilla en adultos mayores. MEDICIEGO. 2014 [citado 1 feb 2015]; 20(Supl 1). Disponible en: [http://bvs.sld.cu/revistas/mciego/vol20\\_Supl%2014/articulos/T3.html](http://bvs.sld.cu/revistas/mciego/vol20_Supl%2014/articulos/T3.html)
2. Chelala Friman CR. Terapia Su Jok en las Enfermedades del Sistema Osteomioarticular. CCM. 2012 [citado 1 sep 2016];16(3). Disponible en: <http://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/382/167>
3. Pérez Batista AC, Hernández Soutelo L, Licea Vargas I, Wanton Prince E. La terapia Su-Jok y el automasaje como alternativa de la sacrolumbalgia en mujeres. Rev Digit Buenos Aires. 2013[citado 1 sep 2016]; 18(181). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd181/la-terapia-su-jok-y-el-automasaje-de-sacrolumbalgia.htm>
4. González Hidalgo CL. Efectividad de la terapia Su-Jok en pacientes ansiosos. PsicoPediaHoy. 2012[citado 1 sep 2016]; 14(6). Disponible en: <http://psicopediahoy.com/efectividad-terapia-su-jok-pacientes-ansiosos/>
5. Trujillo Huber JC, Pereira Despaigne OL, Jacas García C, García Díaz RC. Efectividad de la terapia Su-Jok en pacientes con dolor por espolón calcáneo. MEDISAN. 2011[citado 1 sep 2017]; 20(10).Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/3684/368447678009/>
6. Hernández Tores N, Sabatés Amaral AM, Valdès Mesa PG, Acosta Alonso NM. Uso del SU-JOK en la Periartritis Escápulo Humeral en una Sala de Rehabilitación Integral del Estado Barinas. MediCiego. 2011 [citado 27 jun 2016]; 17(1).Disponible en: [http://bvs.sld.cu/revistas/mciego/Vol17\\_01\\_%202011/articulos/t-2.html](http://bvs.sld.cu/revistas/mciego/Vol17_01_%202011/articulos/t-2.html)
7. Figueroa Pérez VC, Sarduy Sánchez C, Ávila Zaldívar VE, Castillo Cuello JJ. Tratamiento acupuntural y medicamentoso en el alivio de la cervicalgia. Rev Cubana Med Mil. 2015 [citado 29 jun 2018]; 44(1):41-49. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572015000100006&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572015000100006&lng=es)
8. Pérez Castro D, Rojas del Campo LH, Hernández Tápanes S, Bravo Acosta T, Bravo Hernández O. Actualización sobre cervicalgias mecánicas agudas. Rev Cubana Med Física Rehab. 2011 [citado 6 jul 2016]; 3(2). Disponible en: [http://bvs.sld.cu/revistas/mfr/vol\\_3\\_2\\_11/mrf05311.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/mfr/vol_3_2_11/mrf05311.htm)

9. González Roig JL, Gutiérrez Álvarez A, Rossi Pichardo J. Estudio comparativo entre el láser y los rayos infrarrojos en el tratamiento del dolor cervical. Rev Cubana Ortop Traumatol. 1997 [citado 2 jul 2016]; 11(1-2): 72-75. Disponible en:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-215X1997000100012&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-215X1997000100012&lng=es)

10. Olabarrieta E. Sobrecargas musculares, la causa más habitual. Consumer. 2003 [citado 2 jul 2016]; 1(2):20-1. Disponible en:

[http://revista.consumer.es/web/es/20031001/pdf/revista\\_entera.pdf](http://revista.consumer.es/web/es/20031001/pdf/revista_entera.pdf)

11. Dorado Y. Efectividad del tratamiento acupuntural en la cervicalgia. Revista Acupuntura para la Salud. 2015 [citado 6 Jul 2017]; 16(3). Disponible en:

<https://acupunturaparalasalud.com/efectividad-del-tratamiento-acupuntural-en-la-cervicalgia/>

12. Clarett M. Escalas de evaluación de dolor y protocolo de analgesia en terapia intensiva. Clínica y Maternidad Suizo Argentina Instituto Argentino de Diagnóstico y Tratamiento 2012. Aprox 39 p Disponible en:

<http://www.sati.org.ar/files/kinesio/monos/MONOGRAFIA%20Dolor%20-%20Clarett.pdf>

13. da Silva Menetti FC, dos Santos Maldonado JS, dos Santos Martins GS, Tucunduva MJ. Avaliação da intensidade de dor em pacientes submetidos a tratamentos odontológicos. Science Health. 2011 [citado 2 jul 2016]; 2(3):163-169. Disponible en:

[http://arquivos.cruzeirodosuleducacional.edu.br/principal/new/revista\\_scienceinhealth/06\\_set\\_de\\_z\\_2011/science\\_03\\_163\\_169.pdf](http://arquivos.cruzeirodosuleducacional.edu.br/principal/new/revista_scienceinhealth/06_set_de_z_2011/science_03_163_169.pdf)

14. Medicina de Rehabilitación Cubana. Escala visual analógica (EVA) [citado 2 jul 2016]. Disponible en: [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion/eav\\_1.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion/eav_1.pdf)

Recibido: 6 de septiembre de 2016

Aprobado: 14 de septiembre de 2018

Dr. *Julio César Pérez Cruz*. Policlínico Mario Gutiérrez Ardaya. Holguín. Cuba.

Correo electrónico: [juliopchlg@infomed.sld.cu](mailto:juliopchlg@infomed.sld.cu)