

## Fibromialgia. Cuando el cerebro te engaña

En la vida de los seres humanos hay infinidad de cosas inexplicables, algunas porque no se conocen sus causas y otras porque la razón es incapaz de encontrar una lógica de lo sucedido pero detrás de todas ellas existe una emoción que nos motiva e impulsa, algunas veces con nuestro acuerdo y muchas más veces sin él, pero las emociones siempre ponen algo en movimiento aunque estemos paralizados.

Es generalmente aceptado que a través de los sentidos percibimos el mundo de afuera y por lo tanto dependemos de la funcionalidad y sanidad de los órganos que tienen a cargo la función de enviar mensajes a nuestro cerebro quien se encargará con el tiempo, la repetición, las consecuencias y el aprendizaje, de darles a aquéllos un significado ante el cuál reaccionaremos junto con nuestro cuerpo de una u otra forma. Así surgen los sentimientos y con ellos y de ellos nace en nuestra consciencia el mundo de adentro

En otras palabras, ocurre algo en el mundo externo y nuestros sentidos envían información a una parte del **cerebro** que se especializa en identificar, si lo que está sucediendo se puede enfrentar o huir es una mejor alternativa.

Dependiendo de esa decisión que nada tiene que ver con la voluntad pues la regula el **sistema nervioso autónomo**, el **cerebro** ordenará la producción de las **hormonas** correspondientes a la decisión y éstas harán que el cuerpo responda de la manera programada.

También es algo aceptado que el cerebro va tejiendo sus propias redes y creando determinadas rutas que al ser utilizadas con mayor frecuencia se ensanchan y, por así decirlo, lo que comenzó como un camino de terracería puede convertirse con el tiempo en una gran supercarretera.

Las dificultades comienzan cuando el **cerebro** deja de considerar con detalle todos los factores necesarios que le permiten identificar y clasificar lo que está sucediendo para ordenar a las fábricas (glándulas) de hormonas que elaboren y envíen al cuerpo las sustancias que corresponden a una determinada situación.

Lo que digo es que debido a una falla ocasionada por un **trauma emocional** muy fuerte, repetitivo o una cantidad abundante de fuertes y

diferentes traumas tal vez con un factor común y experimentados durante la **infancia temprana**, el sistema que recibe las señales de los sentidos las interpreta y pone en movimiento al **sistema endócrino** con unos cuantos de los factores necesarios y entonces, comienza la producción y aparecen en el cuerpo las hormonas que corresponden a la reacción adecuada ante algo que no está sucediendo en la realidad externa, pero sí en la interna.

El cuerpo y la persona que vive en él, están habitando un territorio dominado por el **estrés**, puesto que hay un estado de alerta permanente del que no pueden desconectarse ya que las amenazas son demasiadas y, si bien es cierto que la gran mayoría no son reales objetivamente, ambos están la mayor parte del tiempo a la espera de una amenaza que nunca llega. Todo debido al mal funcionamiento del **sistema límbico**.

Por eso el **cortisol**, hormona que surge cuando aparece una situación amenazante, se encuentra en cantidades muy elevadas en el **torrente sanguíneo** de quienes tienen **fibromialgia**, pues apenas acaba de pasar una amenaza y ya apareció otra y luego otra y otra...

Resulta entonces muy lógico que si los órganos del cuerpo son bombardeados por la constante recepción de hormonas y otras señales nerviosas, con el tiempo se verán afectados en su funcionamiento y comenzarán a aparecer alteraciones fisiológicas ante las cuales los médicos casi pueden diagnosticar una enfermedad y otra y otra y otra más pero se encuentran con la sorpresa que aunque se reúnen varios síntomas, falta alguno para poder cumplir todos los requisitos de un diagnóstico certero. Es como si el cuerpo estuviera replicando y dejando ver, al que quiera ver, que ocurre lo mismo en el nivel físico que en el nivel emocional.

A esa condición se le ha nombrado **Fibromialgia** y los médicos afirman que es incurable pero no opino lo mismo. ¿Por qué? Pues porque hasta hoy se han hecho a un lado las **experiencias emocionales** de las personas con el diagnóstico y lo que pudo ocurrir durante su infancia temprana. Se tratan de aliviar los síntomas cuando lo que hay que curar es al ser humano que habita en un cuerpo que enfermó por tanto protegerse a sí mismo.

Es imperativo enfocarnos en la persona, en el individuo que era tan pequeño que en el mundo que habitó por más o menos 9 meses existían

sensaciones que muchas veces lo sacaban de ese estado de bienestar y quietud que tanto le agradaba.

En el ser humano que no tiene más recuerdos de los que guarda su cuerpo y carece de la posibilidad de entender lo que le ocurrió mientras en el mundo exterior hubo situaciones positivas y otras tan negativas que, sin duda, afectaron el desarrollo del **sistema límbico** de su **cerebro** con desafortunadas consecuencias.

Es increíble ver como ese pequeño ser, que ahora es adulto, ha sido capaz de resistir una y otra vez, las nuevas andanadas de experiencias similares a las ya vividas. Así y de ahí, de la constante retraumatización, surge la fibromialgia.

Ahora, tenemos que atender al ser que siente, al que recuerda, al que desea, al que sueña, al que se culpa, al que se arrepiente, al que ama y al que odia, que es el mismo que no entiende qué le pasa. Tenemos que informarle bien para que sepa lo que ocurrió y comience a creer que sí hay una solución, para que se quite la etiqueta de enfermo incurable que puede enfermar su alma.

### **¿Cómo lograrlo?**

Existen nuevos descubrimientos que confirman lo que el Dr. **Milton Erickson** señaló hace ya bastantes años cuando dijo: "*Los seres humanos a veces se desvían de sus caminos y el principal interés del terapeuta es volverlos a colocar en ellos*". Ni siquiera es el pasado lo que le importaba conocer, sino más bien su situación actual y guiar a la persona sin que la mayoría de las veces se diera cuenta pues sus intervenciones las realizaba a través de la hipnosis moderna que él desarrolló.

Por otro lado, las investigaciones en **neurofisiología** ya han demostrado que el **cerebro** puede y sigue produciendo neuronas durante toda la vida y que es posible aprovechar su plasticidad, para lograr la creación de nuevas rutas en él que serán recorridas por las personas diagnosticadas que ahora llegarán a un lugar agradable pues si continúan utilizando las rutas existentes, su destino seguirá siendo el dolor físico y el sufrimiento emocional.

Ahora mi reto principal es lograr convencer a las personas con el diagnóstico a que se atrevan a creer que pueden sentirse sanas nuevamente y llevar a cabo el tratamiento que propongo.