



**ALCER**  
Federación Nacional

## XX JORNADAS NACIONALES DE ENFERMOS

### MEDICINA MENTE – CUERPO

(Mesa 5-Domingo 21 de Octubre de 2007)

*Dr. Gabriel Ángel Carranque Chaves*

*Doctor en medicina. Licenciado en Psicología. Profesor Universidad de Málaga*

La medicina mente–cuerpo constituye una nueva corriente, dentro de la propia medicina, que reconoce la unidad fundamental de cerebro, mente, cuerpo y conducta; cómo moduladores del binomio Salud / Enfermedad.

La esencia de esta perspectiva es pensar y sentir en términos de **integridad y de intervinculación**, y conlleva la necesidad de prestar atención a las interacciones de mente, cuerpo y conducta en sus esfuerzos por comprender y tratar la enfermedad.

La práctica exclusión del concepto “mente” de la práctica médica se debe al hecho de que, desde la época de Descartes y Newton, en el siglo XVII, el pensamiento científico occidental dividió la integridad intrínseca del Ser en dos campos distintos no interactivos del *cuerpo y la mente*. Esta forma de ver las cosas aún permanece viva en la actualidad (modelo biomédico) y; si bien, ha llevado a notables avances en diagnóstico por imagen, genética, cirugía, etc.; ha vedado por completo todo el campo de las interacciones mente-cuerpo en la salud como terreno legítimo de la investigación científica.

Afortunadamente, la teoría de la relatividad y la física cuántica (Einstein, Bohr) han modificado la visión del universo, y por consiguiente la del hombre, empujando a todas las ciencias a adaptarse a esos conocimientos. Ahora sabemos que “el universo es un todo indivisible, dinámico, donde cada una de las partes interactúa con todas las demás” (**integridad e intervinculación**).

En medicina, una primera aproximación hacia este nuevo paradigma surgió en el año 1977, cuando George Engel (U. Rochester) propuso el **modelo biopsicosocial de la salud y la enfermedad** (la salud y la enfermedad son el resultado de la interacción entre variables biológicas, psicológicas y sociales).

Tres años antes el psicólogo Robert Ader y el inmunólogo Nicholas Cohen (U. Rochester) descubren la impresionante relación entre el cerebro y el sistema inmunológico, demostrando que el funcionamiento inmunológico se veía afectado por una forma básica de aprendizaje psicológico (condicionamiento clásico), que sólo podía llegar a través del sistema nervioso. Surge a partir de aquí la **psiconeuroinmunología** con 3 campos firmes de investigación: las conexiones biológicas y bioquímicas entre el cerebro y otros sistemas corporales, factores psicológicos y enfermedades prevalentes, y eficacia de las terapias mente-cuerpo (relajación, hipnosis, visualización, meditación, yoga, Biofeedback, Taichi, Qigong, terapia de conducta, entrenamiento autogeno, espiritualismo, karaterapia) para prevenir, aliviar y tratar enfermedades específicas. Se conforma pues, el soporte científico básico que nos permite hablar de la **Medicina Mente–Cuerpo**, aunque para ser justos debería denominarse **Medicina/Psicología Mente –Cuerpo**.

Conviene destacar dentro de esta brillante aproximación a 2 grandes profesionales: **Jon Kabat-Zinn** (U. Massachusetts) autor de mindfullnes meditation (meditación de la atención plena), y **Larry Dossey** (U. North Texas), que ha llevado a la práctica clínica la visión de espacio y tiempo de la física moderna, llegando a afirmar que “*muchas enfermedades, tal vez la mayoría, pueden deberse en todo ó en parte a una falsa percepción del tiempo*”.