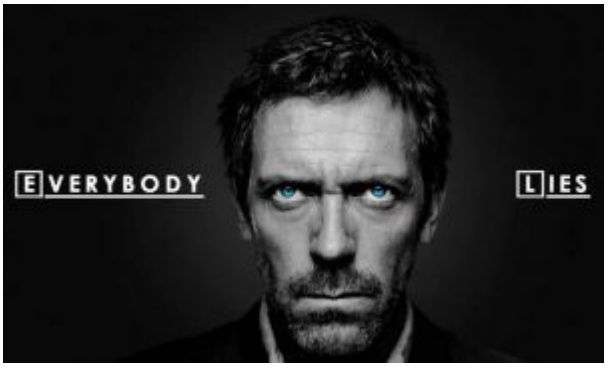
LO QUE PIENSAS PUEDE SANARTE O ENFERMARTE: LA CIENCIA LO EXPLICA

escrito por Ricardo Campuzano | 15 de enero de 2022



En este artículo veremos por medio de un ejemplo en video, como nuestra mente controla lo que sucede en nuestro cuerpo. La mente por medio de neurotransmisores puede sanarte o enfermarte. ¡Todo depende de lo que decidas pensar!

En un articulo anterior, ya relate como la psiconeuroinmunología puede ser la clave para recuperar el equilibrio de nuestro cuerpo. Esta especialidad médica estudia como los pensamientos desatan tormentas neuroquímicas que afectan directamente nuestra inmunidad y salud general.

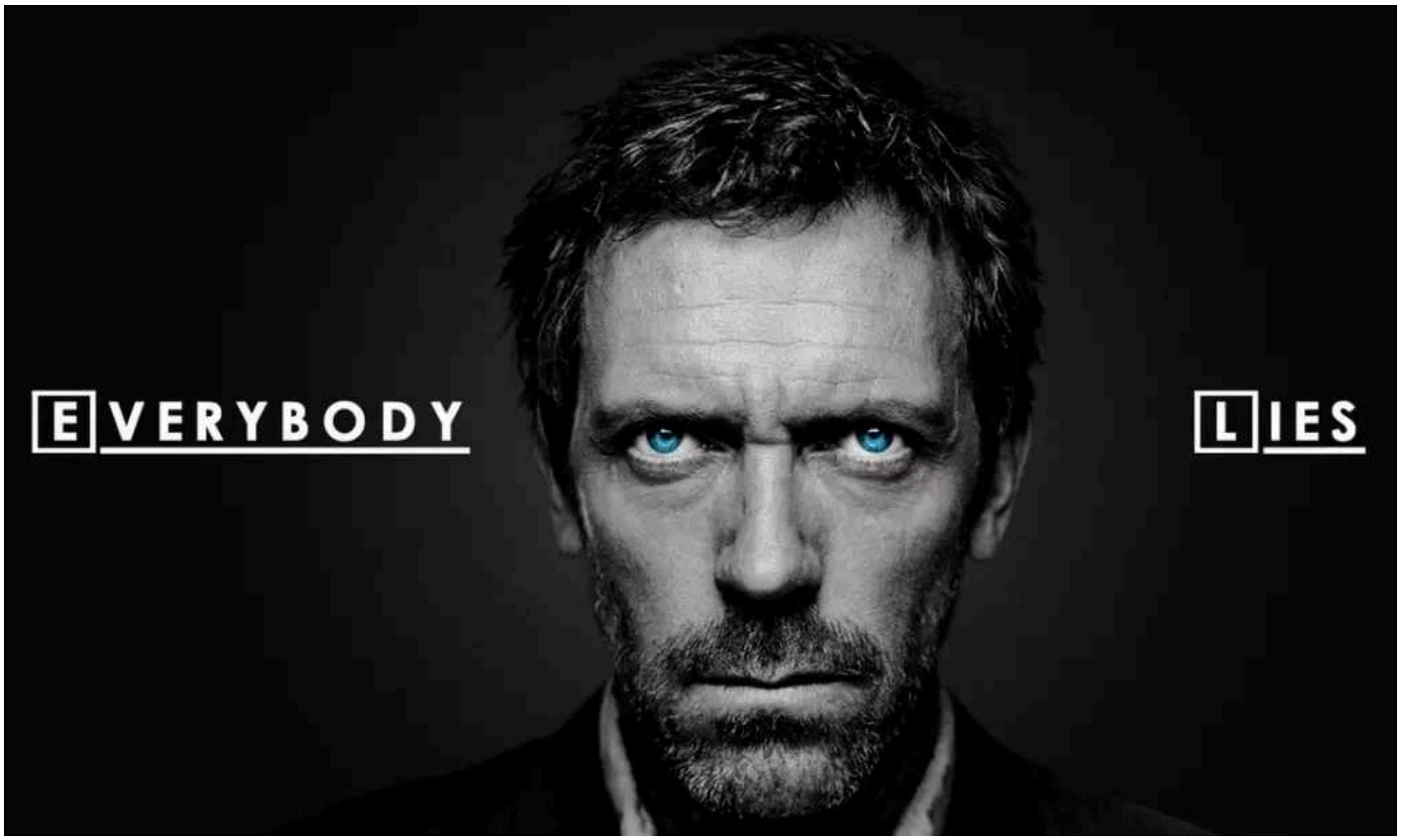
Si te interesa este tema tal vez quieras leer:

¿Qué es la psiconeuroinmunología? ¿Puede ayudarme a lograr bienestar?

En este post, veremos en forma gráfica, como la psiconeuroinmunología actúa en tiempo real.

Mediante un fragmento de la famosa serie Dr.House (House M.D. en inglés) vamos a ver un ejemplo de lo que los pensamientos pueden hacer en cuestión de minutos en el cuerpo humano.

La histeria colectiva y el pánico mal infundados pueden empeorar una situación de emergencia en salud si no se tiene cuidado al dar la información, tal como lo muestra la serie…. **Tal como lo hemos visto en la vida real en estos últimos tiempos, a nivel global.**



A pesar de tratarse de una serie de “ficción”, los guiones médicos de esta serie son muy bien elaborados y los casos que se muestran son perfectamente posibles en la vida real (aunque muy rebuscados, valga la aclaración). Este fragmento que vemos no es la excepción. La literatura medica y muchos estudios y libros lo

mencionan.

Un ejemplo de ello lo encontramos en el artículo: Asociación entre el estrés y las enfermedades infecciosas, autoinmunes, neoplásicas y cardiovasculares. A continuación cito la introducción del texto para ilustrar un poco mas de lo que expongo.

"Desde hace mucho tiempo, se ha pensado que los factores psicológicos desempeñan un papel contribuyente en la predisposición, el comienzo o el curso de varias enfermedades físicas. Estudios recientes demuestran claramente una unión entre el estrés y el desarrollo y curso de muchas enfermedades. El estrés es definido como una condición que ocurre cuando un individuo percibe las demandas de una situación que excede sus recursos y puede incrementar la vulnerabilidad del organismo a ciertas enfermedades ejerciendo un efecto inmunosupresor. Se realiza una actualización acerca de las influencias del estrés psicológico en aquellas enfermedades que están conectadas directamente con los mecanismos inmunológicos tales como las infecciones, las enfermedades autoinmunes y las neoplasias, así como también su efecto sobre las enfermedades cardiovasculares. Se señala que intervenciones psicológicas oportunas pueden contribuir a modular la respuesta al estrés y mejorar el comportamiento de la salud, enseñando a los individuos métodos más adaptativos para interpretar los desafíos de la vida con respuestas más efectivas."

El fenómeno que representa la serie es llamado en medicina "Somatización*" (*1 *2 *3 *4) desde hace mucho tiempo, pero se le había minimizado a un simple "síndrome curioso", "inofensivo". Lo que no se ha difundido es que el proceso de somatización es el inicio de muchas enfermedades graves que se disparan de esta manera. La **Dra Joan Borysenko Ph.D. de Harvard** en su libro ""Como alcanzar el bienestar físico y emocional

mediante el poder de la mente” lo describe detalladamente. Puedes comprarlo en ***Amazon*** *o* ***Ebay***.

Sin mas dilaciones vamos a ver dicho fragmento:

¡Sigueme en mi canal de ODYSEE!

¡Crea tu cuenta en ODYSEE y gana Cryptomonedas por ver videos!

Luego de ver este fragmento de tan maravillosa serie, cabe preguntarnos:

¿Cuántas de nuestras dolencias están causadas por nuestra mente?

Dejo la pregunta abierta para que cada uno se cuestione.

Si te gustó este artículo, ¡Comparte!

Ricardo Campuzano