

LA FIBROMIALGIA EN HIPNOSIS

¿Qué es la fibromialgia?

La Fibromialgia es una enfermedad reumática caracterizada por un dolor crónico generalizado de características erráticas, de más de tres meses de evolución, que no afecta a ningún dermatoma determinado y en la cual están 18 puntos descritos clásicamente en 1992 por Yunus. Se asocia con otros procesos, como el síndrome de piernas inquietas, trastornos de la esfera afectiva y cognitiva, cefaleas, síndrome de intestino irritable, etc. En esta enfermedad se presentan fenómenos tanto de hiperpatía (respuesta exagerada a un estímulo doloroso) como alodinia (dolor por estimulación, habitualmente indolora), todo ello dentro de un proceso de hiperalgesia músculo-esquelética generalizada.





Esta hiperalgesia se debe a los procesos de memorización dolorosa, que se producen tanto en el sistema nervioso central y periférico como en el sistema nervioso simpático, gracias a algún enzima regulador de la función de los neurotransmisores.

Podríamos así definir el dolor como una información sensorial desagradable, asociada a una lesión somática real o potencial. Un dolor nociceptivo que se manifiesta por primera vez, ante cualquier lesión tisular, lo percibe nuestro organismo y lo memoriza de una manera habitual y rutinaria. En determinadas circunstancias y en determinados pacientes esta memorización puede estar alterada, sufriendo un proceso de hipermemorización, con las consiguientes alteraciones posteriores.

Llamamos LTP, potenciación a largo plazo sináptico, al aumento en la magnitud y la eficacia de las respuestas de las neuronas al haber sido estimuladas por estímulos de moderada-alta intensidad o frecuencia, en presencia o no de lesión tisular. Este proceso, pone en marcha una cascada de acontecimientos capaces de producir cambios

estructurales y funcionales tanto a nivel periférico, con presencia de nuevas sinapsis adicionales en el terminal presináptico entre el axón las dendritas, como a nivel central, con aumento de los receptores NMDA a nivel de la médula.

El resultado de esta plasticidad neuronal es una memorización dolorosa que se manifiesta con una hiperalgesia generalizada y donde los procesos de hiperpatía y alodinia coexisten.

Está unánimemente admitida presencia de este factor estresante en el desencadenamiento de una Fibromialgia. En el 85-90% de los pacientes que desarrollan una fibromialgia, existe un factor estresante desencadenante de la enfermedad. Este factor estresante produciría cambios en la homeostasia, así como a nivel de los neurotransmisores, facilitando la aparición de los procesos de hipermemorización dolorosa. Que la dimensión emocional puede repercutir a nivel somático produciendo lesiones (úlceras por estrés) o dolores sin lesión aparente, y que solo son secundarias



a reacciones emocionales profundas, esta fuera de toda duda.

La Hipnosis Profesional ya ha sido evaluada por otros autores para el tratamiento de síndromes dolorosos crónicos, en algunas ocasiones dentro de un tratamiento cognitivo conductual más general. Desde el Centro de Hipnosis Profesional en Gandia, realizo un programa de técnicas para mejorar y solucionar la fibromialgia:

Reducción del dolor. Reducción de la medicación. Aumento de la actividad y el ejercicio. Aumento de la higiene postural. Reducción de la ansiedad y la depresión

Con el fin de que el paciente "desaprenda" los mecanismos que pusieron en marcha los procesos de estimulación nociceptiva, y el consiguiente LTP, así como la utilización de la hipnosis como tratamiento psicológico cognitivo-conductual para el dolor, a través de acceder al inconsciente, para modificar el afrontamiento que de una determinada emoción se ha hecho.

¿Por qué es mejor la Hipnosis Profesional para eliminar los problemas de la fibromialgia?

Porque el "aprendizaje" inapropiado de su conducta y las distorsiones de su cognición, como su falta de autoestima, se encuentran en la memoria cortical de largo plazo y es desde allí donde se debe proceder a su "reaprendizaje". Todos nuestros aprendizajes se "registran" allí y la Hipnosis es un método que al estar instruido mediante atención focalizada o selectiva y el concurso de psico-imágenes, se procura un aprendizaje observacional, cuya eficiencia esta totalmente reconocida.

¿Es usted un sufridor/a de fibromialgia?

Ahora lo podrá solucionar. Llame al Centro de Hipnosis Profesional y podrá disfrutar de una calidad de vida sin problemas. ■

Centro de Hipnosis Profesional Gandia
C/ Ctra de Barx, 34 - 2º - 12. 46702 Gandia
Tel. 96 070 93 93. www.hipnosisgandia.es