

Moyra Ramírez V.
Escritora y periodista

Las emociones nos gobiernan las enfermedades, cuando nosotros querremos y de lo que a nosotros nos conviene. Conocemos como estos son los ingredientes que han convertido a "De fantasmas y demonios", el papel de la emoción en la génesis y recuperación de las enfermedades ("Grijalbo"), en uno de los top ten en la categoría de literatura de no ficción en las últimas semanas. Suena podría decirse a este libro de la orientadora familiar Jane Crossley y el inmunólogo dr. Fernando Morgado como un libro de autoayuda científico muy a tono con la tan en boga teoría de la inteligencia emocional. Pero un rasgo distintivo de este trabajo es su eficacia para relacionar lo difuso en la investigación científica en campos tan complejos como la neurofisiología con las interrogantes de las personas comunes, en un lenguaje claro y cercano, lleno de ejemplos de la vida cotidiana.

Morgado y Crossley las emprenden contra el paradigma actual de la medicina de que el médico tiene que resolver los problemas. Es que ellos están convencidos de que el propio afectado es su mejor sanador, y no limitan a hacer un diagnóstico de nuestra salud.

«¿Por qué usaron la metáfora de los fantasmas y demonios?»

«Jane Crossley (JC): El fantasma es una representación de un ser no vivo que ha quedado fúndido en el tiempo porque tiene algo que dice. Las emociones y los pensamientos que se nos quedan pegados - como la culpa, la

ira, unas células que se defienden de la aparición de los tumores, nuestras lésiones (enfermedades naturales). Y entonces cuando no puedes resolver un estado de duelo aparece un tumor».

«¿Y qué pasa con el factor genético?»

«FM: Los genes no funcionan por sí mismos, sino de acuerdo al medio ambiente. Hay una predisposición, pero la genética no es determinista por sí misma. Las mujeres que entran en estado de duelo tienen mucho más cáncer de mama que las personas que no han estado de duelo. (Algo tendía que ver el sistema emocional».

JC: Patch Adams en los hospitales funciona a través de la alegría, y así acelera la recuperación. Todas las emociones se hacen química en nuestro laboratorio personal: los neurotransmisores que nos ayudan a vivir que son las endorfinas en un caso, que nos levantan el ánimo. También producidos opíoides para manejar el dolor. Son moléculas de la emoción».

«¿Podríamos llegar a controlar el cuerpo a través de la mente?»

«FM: Por el momento, no sabemos cómo regular las emociones unidireccionalmente para conseguir los efectos que queremos que tienen».

«¿Es posible saberlo en el futuro?»

«Ahora no interesa saber cómo se hacen, sino que usar las placas de tu resonancia nuclear magnética. De modo que este siglo deberá empezar a reutilizar los contenidos psicológicos, cerebrales, del comportamiento humano y en términos médicos, valorarlos sobre la tecnología».

JC: Hoy día los médicos te piden

El desconocido poder de las emociones

rabia, la ansiedad - se convierten en nuestros fantasmas. Son los que le abren la puerta a los demonios que son las enfermedades».

Fernando Morgado (FM): Las emociones tienen en sí mismas un rol importante, pero tienen que desaparecer».

«¿Qué ocurre en nuestro organismo cuando las emociones permanecen?»

«FM: Algo que la medicina contemporánea tiene claro a nivel de molecular, que incluso se llaman moléculas de la emoción: las neuronas se comunican con los linfocitos y éstos se comunican con las glándulas de secreción interna, con las hormonas. Emocionalmente tú puedes bajar tus defensas y te vienen todas las desgracias. Por ejemplo, cuando estás en estado de duelo, desde el punto de vista de los linfocitos te disminuyen en la tan-

gran cantidad de células porque están centrados en el diagnóstico. Y la medicina debería tender a volver a sentir, a comprender, a aceptar».

Enfermedades culturales

Según Crossley y Morgado, algunas enfermedades a causa de nuestros miedos nos sentimos independientes de la enfermedad, no es nuestro problema sanitario. No nos preguntamos, así que consideramos biológicos, como por qué nos enfermamos, qué está pasando en nuestra vida, o qué emoción sentimos. Ellos ven la enfermedad como un mecanismo de protección para no enfrentar ciertas cosas de nuestra vida».

«Entonces, que tal o cual sistema o zona de nuestro cuerpo se enferma no es un detalle al azar...»

«FM: Exactamente. Tú tienes distinta representación de tu cuerpo, la co-



Fernando Morgado y Jane Crossley.

El otro analfabetismo

«El que un niño sea exitoso o no en el futuro no va a depender de cuánto sabe, sino de cómo aprende a interiorizarse con otros, de su manejo emocional», sostiene el Dr. Fernando Morgado.

Tan importante como saber, sentir y leer es que los niños sean capaces de manejar sus emociones es la principal contribución de los autores en "De fantasmas y demonios". Sin embargo, ves pocas salidas en esa dirección, por lo que no es de extrañar que en algunos colegios enseñen a otras armas compartan espacio con cuadernos y lápices en las mochilas de los niños que no tienen destrezas para comunicarse y relacionarse con sus pares y sus profesores. Lo que, según Jane Crossley, también se vea de menos en los padres, quienes cada vez preguntan a los niños son felices o aprenden a ser solidarios con sus compañeros en su colegio, porque están preocupados de cuántos extras se a la universidad o del promedio en la última prueba de aptitud».

«¿Cómo y dónde podemos capacitarnos en el área emocional?»

«FM: Tendría que haber una discusión nacional en

temas de la formación. Se necesitan muchas más obras de análisis y discusión, como también incorporar a los padres en el proceso educativo emocional, empezando por ellos. Entonces vamos a tener que agregar una tarea más a la ya pesada mochila que cargamos».

JC: Es que la tienes por ser humano. Como persona ya tienes una tarea, que es ser auto consciente. Te das cuenta de lo que te pasa por el hecho de ser de la especie homo sapiens sapiens. Esa tarea nosotros la la tenemos desarrollada aunque nacemos con ella».

«¿Por qué no la hemos desarrollado si es algo propio del ser humano?»

«FM: Yo lo pondría evolutivamente. La primera especie homo aprendió a mover sus brazos y vivir se volvió y medio de África. Luego apareció otra que fue capaz de pensar y vivir se volvió de África. Y solo en los últimos cien mil años hemos aparecido nosotros, los homo sapiens sapiens, que estamos empezando a integrar qué hacemos con esta cosa que se llama conciencia que nos hizo crecer el cerebro. Nuestra evolución no está terminada, pero no tenemos conciencia como seres humanos individuales que somos puntos de evolución».

El desconocido poder de las emociones : [entrevistas] [artículo] Moyra Ramírez V.

Libros y documentos

AUTORÍA

Autor secundario:Ramírez V., MoyraMorgado T., Fernando

FECHA DE PUBLICACIÓN

2003

FORMATO

Artículo

DATOS DE PUBLICACIÓN

El desconocido poder de las emociones : [entrevistas] [artículo] Moyra Ramírez V. retr.

FUENTE DE INFORMACIÓN

[Biblioteca Nacional Digital](#)

INSTITUCIÓN

[Biblioteca Nacional](#)

UBICACIÓN

Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile