

La mente y la inmunidad

La “fiebre del heno” (una alergia al polen) de Bill Dugin le hace resollar y estornudar tan pronto como ve el comercial televisado de un gran sembradío de maíz ondulando en el viento. Carrie Costello se llena de llagas urticantes cuando su anterior novio la llama por teléfono. Y la artritis de Mary Dine se intensificó como nunca cuando su hijo fue arrestado por la policía.

Estos son casos extremos de cómo una acción mental provoca reacciones somáticas: las bases de las alergias. Cómo es que algo tan insubstancial como un pensamiento puede convertirse tan rápidamente en síntomas físicos, es algo que siempre ha desconcertado a la profesión médica. Ahora, un grupo de psiquiatras, inmunólogos y neurocientíficos pioneros finalmente han comenzado a desenmarañar el misterio.

Trabajando en una nueva disciplina llamada Psico-Neuro-Inmunología (PNI), estos científicos han descubierto que el cerebro y el sistema inmunológico (SI) *están conectados*. Los “mensajes” emitidos por el cerebro pueden viajar casi instantáneamente hacia el SI y así influenciar su labor. Un urgente llamado del cerebro puede inducir un ataque por parte de las células que batallan contra los virus y otros elementos que causan enfermedades, así como espolear la presencia de tal o cual alergia.

Que la mente pueda influenciar a la inmunidad corporal es una noción en extremo radical para el médico convencional, ya que el SI siempre ha sido considerado como un mecanismo totalmente independiente en su papel de “defensor” del organismo físico. Hasta 1982, ni un solo libro de inmunología había mencionado el descubrimiento del vínculo que hay entre la mente y la inmunidad corporal; las anomalías psicosomáticas son innegables, pero se dice (quizá con demasiada ligereza) que han sido causadas por otras causas más “convencionales”.

Sin embargo, en años recientes, el SI ha probado ser mucho más complejo de lo que nadie imaginó. Y en vez de concentrarse en lo que pudiera influenciarle desde afuera, los investigadores de épocas anteriores sólo se ocuparon de sus funciones internas.

Robert Ader, profesor de psiquiatría en la Universidad de Rochester en Nueva York, fue quien más se ocupó de la investigación pionera en la PNI, tanto que hoy día es considerado como su fundador. Su libro *Psychoneuroimmunology* (Academic Press, 1982) ha llamado la atención médica hacia la nueva ciencia, además de darle vigor a la PNI misma. Para compilar su obra, Ader buscó investigadores cuyo trabajo pudiera complementar sus propias ideas sobre la mente y la inmunidad. Al hacerlo, unió a científicos quienes de otro modo hubiesen permanecido separados, cada uno absorto en su propio campo.

Ader entró por accidente en el campo de la inmunología al principio de los años 70's, al llevar a cabo un clásico experimento Pavloviano. Le dio a unas ratas de laboratorio una bebida deliciosamente dulce, la cual había sido mezclada con una sustancia que les provocó un fuerte dolor estomacal. Según él, las ratas debían aprender a evitar la bebida, sin importarle lo bien que supiera. La sorpresa vino cuando, en una nueva mezcla, suprimió la sustancia irritante y subió un poco la concentración de dulce. A pesar de no contener sustancia tóxica alguna, luego de probarla, ¡varias de las ratas murieron casi en seguida!

Fue entonces cuando Ader descubrió que la sustancia añadida (ciclofosfamida) *podía suprimir la acción del SI* y que el organismo de las ratas había aprendido a asociar lo dulce con el efecto que les produjo esa sustancia. De algún modo, su SI había asumido que mientras más dulce era lo bebido “más veneno había sido ingerido”. Así que cuando los animales habían tomado suficiente dulce, aunque no tenía ciclofosfamida alguna, su SI reaccionó de manera violenta como si se hubiesen tomado una enorme cantidad de aquella sustancia tóxica, rindiéndose ante tan “avasallante peligro”.

Luego, Ader se asoció con el inmunólogo Nicholas Cohen, también de la Universidad de Rochester, y entre los dos demostraron que *la mente puede ser condicionada para alterar las respuestas del SI*. Sin embargo, Ader dijo que “a pesar de ser innegable el efecto de la mente sobre el SI, ignoramos cómo ello se lleva a cabo”.

Hoy día, la ciencia tiene varias pistas sobre cómo funciona ese proceso. Terry Strom, un inmunólogo de la Universidad de Harvard, reporta que ciertos receptores químicos diseñados para atraer a determinados químicos cerebrales también han sido encontrados en las células inmunológicas. Strom especuló que tales químicos y sus receptores eran los encargados de avisarle al SI sobre la presencia de un virus o bacteria, ayudando así a activar las defensas apropiadas.

Para averiguar cuán importante eran esos receptores para el SI, Strom y otros científicos mezclaron varias sustancias cerebrales con las inmunológicas en preparados de laboratorio. Para su asombro, muchos de los químicos se vincularon con los receptores del SI y algunos hasta causaron cambios en la actividad de las células blancas de la sangre (leucocitos), una de las principales armas del organismo para combatir las enfermedades. Hoy se sabe que, llevados por el torrente sanguíneo, *los leucocitos juegan un papel importante en las defensas corporales contra el cáncer y otros desordenes graves*.

La interacción bioquímica entre la mente y las células del SI varía enormemente. Por ejemplo, la acetilcolina - uno de los neurotransmisores químicos más comunes del cerebro - activa la acción de los linfocitos T (T-killers), *los cuales buscan y destruyen las células cancerosas*. Por lo contrario, la epinefrina, la dopamina y la prostaglandina - neurotransmisores a menudo producidos por el estrés - suprimen la acción de las células del SI que producen anticuerpos, dejando al cuerpo más susceptible a las enfermedades. Según los investigadores, es probable que otras muchas interacciones corporales puedan ser ocasionadas por neurotransmisores aún desconocidos.

Es posible, además, que ciertos químicos cerebrales sean canalizados directamente hacia el SI por nervios especializados. Fotografías del tejido de órganos relacionados al SI, tales como el bazo, los ganglios linfáticos y el timo, muestran como los nervios se conectan directamente con las células inmunológicas, algo que era desconocido hasta hace poco, por lo que algunos médicos no están enterados de ello.

En aquel entonces, Ader dijo que la PNI podía haberse convertido en el magno descubrimiento de los años 80's, tal como la genética lo fue en los 70's. Y que mientras más se vaya comprendiendo el comportamiento de las células del SI, más se sabrá de como “activarlas o apagarlas”, para así hallar nuevas maneras de controlar alergias, tumores y otras enfermedades. También se ha encontrado que técnicas de relajación profunda afectan positivamente la producción de ciertas sustancias cerebrales que ayudan en la labor del SI.

Ader termina diciendo, “la PNI es una ciencia nueva que se mueve a una velocidad fenomenal; nuevos descubrimientos no tardarán en aparecer.”

Original en inglés por Caroline Rob; traducción libre por Frank Desmedt Van Dyck