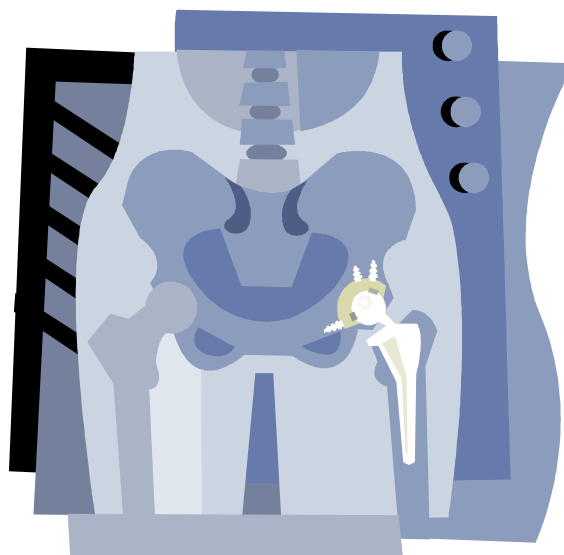


## EL CUERPO COMO ESPEJO LA SOMATIZACIÓN



Nuestro cuerpo es el resultado de la herencia genética de nuestros padres, pero también el espejo fiel de nuestras ideas, de nuestros conceptos, de nuestras creencias. Para hablar de somatización hay que hacer una diferencia fundamental entre el término médico y el término que utilizamos en el lenguaje del día a día.

Desde *el punto de vista médico* los trastornos de somatización son hoy lo que antiguamente se conocía como HISTERIA, también llamado Síndrome de Briquet. Consiste en la aparición de numerosos síntomas físicos que comienzan antes de los 30 años y en los que no es posible identificar ninguna enfermedad que recoja todos los síntomas. Es una enfermedad crónica y grave caracterizada por la presencia de muchos síntomas físicos, en particular de una combinación de dolor y de síntomas de las esferas gastrointestinal, sexual y neurológica. Para diagnosticar ésta enfermedad deben de cumplirse una serie de criterios:

- Dolor en cuatro zonas diferentes (por ejemplo, cabeza, abdomen, espalda y pecho) o en cuatro funciones diferentes (por ejemplo, dolor menstrual, dolor al orinar, dolor durante las relaciones sexuales, etc.).
- Dos síntomas gastrointestinales diferentes del dolor (por ejemplo, náuseas y vómitos).
- Un síntoma sexual y reproductivo que no sea dolor.
- Un síntoma psico-neurológico (por ejemplo, parálisis, afonía, retención urinaria... de origen psicológico)

La medicina oficial dice que las causas de la somatización son desconocidas y que a menudo se presenta como una característica familiar (otra vez la dichosa genética). También dice que la gente con este trastorno tiende también a tener trastornos de la personalidad caracterizados por egocentrismo y una exagerada dependencia de los demás. ¡Así es imposible que nadie pueda reconocer que ha somatizado un problema!

Desde el punto de vista del *lenguaje del día al día* todos sabemos lo que significa decir que hemos somatizado un conflicto: al cuerpo le pasa algo (algún síntoma) pero sabemos que antes nos ha pasado algo a nivel mental, social, afectivo...

- Me duele la espalda,... ya no puedo cargar más con ésta situación
- Me quedé paralizado...del miedo que pasé
- Me quedé sin habla...del chasco que me llevé
- Estoy harto de doblar el espinazo
- Me ahoga ésta situación
- Esto no lo paso, es que no lo trago...
- ¡¡Me pone la cabeza con un bombo!!
- ¡¡No quiero ni verlo!!
- Se me revuelve el estómago cuando...

Hay una teoría, en la cual se basan muchas de las medicinas alternativas tradicionales, y que también empieza a ser reconocida por la medicina convencional, que nos dice que el cuerpo no está separado de la mente ni de las emociones de la persona (ésta teoría ya fue enunciada por Aristóteles y hoy en día se usa la expresión "Holística"). La persona humana es un todo integrado que sin embargo muy a menudo sufre falta de equilibrio entre la mente, las emociones y el cuerpo. Dicha teoría afirma también, que el cuerpo tiene un lenguaje que no se expresa con palabras (las palabras son propias de la mente). Si un cuerpo está sano, sin dolencias, nos está diciendo que nuestro equilibrio es correcto, por el contrario si aparece algún síntoma, por pequeño que sea, tiene que ver con una ligera desarmonía entre las diferentes parcelas de nuestro ser. Esta manera de ver las cosas ha hecho que el hombre observe, estudie y busque una relación entre ése posible conflicto y la dolencia que nos afecta. Seguramente y dependiendo de la fuente, encontraremos diferentes relaciones entre el órgano o tejido afectado y la causa.

Por ejemplo, en Internet encontramos muchas direcciones en relación con la simbología del cuerpo (<http://www.ocionet.com/cuerpo.htm>). Por otra parte hay grandes libros de simbología corporal y de entre ellos vamos a intentar entender un poco más ésta relación:

- a) **Piel:** Frontera. Escaparate. Estar a flor de piel. Fina o gruesa (reconocimiento de la sensibilidad, negación de la misma)
- b) **Cabeza y cara:** Pensamientos, ideas,...reflejo del alma
- c) **Cabellos:** Fuerza y vitalidad
- d) **Ojos:** Lo que queremos ver y no, lo que no podemos coordinar (estrabismo)
- e) **Oídos:** "No quiero oír ni una palabra más"
- f) **Cuello y garganta:** El cuello como unión entre la cabeza y el cuerpo. La garganta comunicación e identificación. Los miedos
- g) **Nariz:** Estar hasta las narices. También lo que tenemos delante de las narices: lo próximo, lo cercano
- h) **Dientes:** La agresividad. "Duro de roer"
- i) **Hombros:** Arrimar el hombro. Virilidad
- j) **Brazos:** Hacer y expresar
- k) **Manos:** Son la prolongación del corazón
- l) **Pecho:** Amplificador de nuestras emociones. Es la caja de resonancia
- m) **Pulmones:** Intercambio. Dar y recibir. Inspiración y espiración. De la calidad de la respiración depende nuestra salud

- n) **Senos:** Protección, maternidad. El lado derecho es el lado de la pareja, el de la izquierda tiene que ver con “el nido”
- o) **Corazón:** Es el sitio de los afectos
- p) **Estómago:** Digerir las contrariedades, los sentimientos.
- q) **Hígado:** Cólera, ira. Bilis. Contradicción
- r) **Páncreas:** Ayuda a la digestión y tiene que ver con la ternura, la dulzura de la vida
- s) **Riñones:** Eliminación. Capacidad de relación
- t) **Diafragma:** Lugar de paso de las emociones
- u) **Pelvis:** Es donde reposa el cuerpo entero. Conexiones entre el cuerpo y las piernas
- v) **Genitales:** Relación directa con nuestra sexualidad, nuestra masculinidad, o nuestra feminidad
- w) **Piernas:** Para avanzar. Aquello que nos impide avanzar
- x) **Rodillas:** Orgullo y humildad
- y) **Pies:** Manera de comprender la vida, apertura mental, relación con la madre tierra. Miedo al futuro y miedo a tomar responsabilidades

Hay una nueva “medicina biológica” que propone que cualquier conflicto biológico del ser humano, afecta a tres niveles al mismo tiempo: a la psique, al cerebro, y al cuerpo. Dependiendo del tipo de impacto, produce una afectación en una zona del cerebro, y dependiendo de la zona del cerebro que afecte, afecta a un órgano determinado. Así conociendo que órgano está afectado podemos saber qué tipo de conflicto ha sufrido el ser humano

La enfermedad y sus síntomas se pueden tomar como un mensaje, cuyo simbolismo podemos traducir, a fin de que podamos desarrollar esas facetas o romper esos esquemas que nos están haciendo vivir de forma incómoda e incorrecta, para recuperar la salud corporal a partir del descubrimiento del error emocional o mental que lo ha causado.

Inma Cortés Delgado

(notas que nuestra amiga, la doctora Cortés entregó a los participantes del curso SOY YO. APRENDO A SER PERSONA que se celebró el curso 2007 - 08 en nuestro centro)