

INVESTIGACIÓN ■ LOS AUTORES ESPERAN AYUDAR A ACABAR CON SU MALA FAMA

La autohipnosis se demuestra eficaz contra el dolor crónico

Un estudio en el que ha participado el catedrático de la URV Jordi Miró defiende los tratamientos neuromoduladores

REDACCIÓN

Un trabajo publicado en la revista *Nature reviews-Neurobiology* pone de manifiesto los beneficios de los tratamientos neuromoduladores –la hipnosis, principalmente– como estrategias eficientes para ayudar a las personas con dolor crónico. Los investigadores defienden que estos tratamientos se consideren entre las primeras medidas para los pacientes con dolor crónico y no como un último recurso. El artículo lo firman Mark P. Jensen y Melissa A. Day, de la Universidad de Washington, y Jordi Miró, catedrático de Psicología de la Salud y director de la Unitat per a l'Estudi i Tractament del Dolor-ALGOS, de la URV.

Desestigmatizar la hipnosis y otros tratamientos neuromoduladores es uno de los objetivos de los autores de este estudio que han encontrado, apuntan, «evidencias de los buenos resultados de estos tratamientos no invasivos para el dolor crónico». El artículo concluye que la hipnosis «ha demostrado su eficacia en el tratamiento del dolor en adultos y no tanto en niños y adolescentes, donde la investigación no es tan abundante. Miró apunta que el tratamiento con hipnosis y, sobre todo, el entrenamiento en autohipnosis, «es una alternativa conveniente porque no requiere grandes equipamientos ni gasto y cualquier persona con un entrenamiento mínimo la puede utilizar. Los costes son redu-



El catedrático de la URV Jordi Miró, recogiendo el Premio a la trayectoria investigadora en el campo del dolor. FOTO: CEDIDA

A SU TRAYECTORIA INVESTIGADORA

Miró, premiado en Valencia

■ Precisamente el catedrático de la URV Jordi Miró ha recibido recientemente el Premio a la trayectoria investigadora en el campo del dolor que concede Fundolor, la Fundación de la Comunitat Valenciana para el Estudio y Tratamiento del Dolor. Esta distinción es la más importante de las que se dan en el Estado español a nivel individual y en reconocimiento a la excelencia en la trayectoria investigadora en dolor. El acto de

entrega del premio se llevó a cabo la pasada semana, el 27 de octubre, en el Salón de Actos del Ateneo Mercantil de Valencia, durante el cual el investigador pronunció la conferencia «El tratamiento del dolor crónico en los niños». El acto formó parte de la IV Jornada Comunitat Valenciana dedicada al estudio del dolor que este año se dirigía al dolor infantil y es parte de los actos del Día Mundial contra el Dolor.

cidos y las ventajas importantes», destaca.

Según Miró, tratamientos como la hipnosis están «mal considerados por la mala prensa que tienen» y considera que este trabajo puede contribuir a cambiar su percepción. La hipnosis por ejemplo no está indicada en la salud pública «y en cambio se tendría que considerar como un tratamiento inicial, y no como un último recurso». El investigador apun-

ta que aquí este tipo de tratamientos son «muy poco habituales», al contrario de lo que pasa, por ejemplo, en Estados Unidos. Por eso cree que el artículo puede ayudar a generalizar el uso de estos mecanismos, puesto que hay evidencias a través de ensayos controlados y aleatorios y defiende que la hipnosis «es un mecanismo menos invasivo que muchos de los que se están ofreciendo y, en algunos casos, más eficiente».



DILLUNS
10 DE NOVENBRE
19.30 h

PR

Esto
(This
Martes
VOSE

DILLUNS
17 DE NOVENBRE
19.30 h

Con
(Kro
Barto
Preu:
"Focu

DIMARTS
11 DE NOVENBRE
19 h

CO

Trist
A càrr
Dins d

DIMECRES
12 DE NOVENBRE
19 h

Del b
J.J. F
A càrr
Dins d
filosof
Preu:

DIMARTS
18 DE NOVENBRE
19 h

Don
sedu
A càrr
Dins d

DIMECRES
19 DE NOVENBRE
19 h

Del s
peus
N. M
A càrr
"Llocs
merca

DISSABTE
15 DE NOVENBRE
18 h

AC

Traç
Taller