

EL APOYO EMOCIONAL AL NIÑO CON LEUCEMIA A TRAVÉS DE LA HIPNOTERAPIA

Por Joaquín Blix Formoso
Psicoterapeuta Infantil

Una de las experiencias más intensas e inspiradoras que he vivido en mis años de trabajo terapéutico con niños ha sido con el niño enfermo de leucemia. La oportunidad que cada uno me ha brindado para aprender acerca del dolor, del miedo y del sufrimiento del alma infantil, pero sobre todo del coraje para enfrentar los obstáculos en la vida; es algo que no tiene recompensa y que al mismo tiempo inspira más profundamente mi vocación de ayuda al niño, día con día. Cada niño es una fuente de potencialidades y de sabiduría y esto hace que el trabajo clínico con un niño que sufre una enfermedad como la leucemia, me transforme momento a momento en los aspectos más profundos de mi ser.

Aunque mi trabajo terapéutico no solamente se ha enfocado al niño con leucemia, sino a cualquier niño que sufre en su vida algún tipo de trastorno emocional o de experiencia doliente, las vidas de los niños que padecen estas circunstancias de salud son las que llegan a tocar y a transformar más profundamente mi alma y el sentido de mi propia existencia.

En el trato con estos niños, al principio me hacía sufrir la impotencia que sentía cuando pensaba que tenía que hacer algo o el hecho de quedarme sin palabras cuando creía tener que decir algo. Sólo más tarde aprendí de los mismos niños enfermos que se trataba de otra cosa muy distinta: de escuchar, de estar allí y acompañarles. Esto me pareció bastante difícil, precisamente por que en muchas ocasiones yo sentía que no se podía hacer nada y no se podía decir nada. Entonces me pareció importante reconocer mi propia impotencia, mi propio dolor y mi propia falta de palabras, reconocerlo, aceptarlo y soportarlo.

Estos niños han sido importantes estaciones para mí mismo, para mi actitud frente a la vida y al hecho de vivir y de morir. Se puso de manifiesto que yo, al escuchar y al compartir con toda mi dedicación, me convertía en un aprendiz y los niños en mis maestros.

Con el tiempo he llegado a la conclusión de que los niños que padecen leucemia o cualquier tipo de enfermedad terminal o crónica, no se si por que están debatiéndose entre la vida, la muerte y la incertidumbre existencial o por otros factores que todavía no he llegado a entender, desarrollan un tipo de intuición y sabiduría interna que ha enriquecido enormemente mi vida y la de muchos seres humanos que estamos con ellos.

Lo que he pretendido al escribir esta comunicación es poder transmitir como el legado que nos dejó Milton Erickson puede ser una herramienta muy poderosa y efectiva en el trabajo terapéutico del niño con leucemia y que por supuesto es aplicable a otros tipos de enfermedades y sufrimientos en los niños. Lo que la hipnoterapia ericksoniana nos da es la flexibilidad de una filosofía y una metodología adaptables a las circunstancias únicas y personales de cada niño, pues cada uno vive situaciones muy diferentes alrededor de su enfermedad y de su propio proceso.

El proceso de un niño en el que la enfermedad está en etapa de remisión, no es el mismo que el proceso de un niño que ha sido desahuciado, en quién la enfermedad ha aplicado su mayor fuerza. El proceso de un niño con posibilidades económicas no es el mismo proceso que en el de un niño con carencias de este tipo. El proceso de un niño que posee un ambiente familiar que lo apoya, que lo nutre con amor y que lo contiene en su dolor y desesperación, no es el mismo proceso que el de un niño que no tiene este tipo de contención familiar que tanto necesita, o en el que se vive la enfermedad del niño como una pesada carga, una cruz de la cual hay que liberarse en la primera oportunidad. El proceso de un niño que vive en una familia donde el tema de su enfermedad está abierto y se habla con la verdad frente a él, y donde sus sentimientos y los de los demás son tomados en cuenta es muy diferente al proceso que vive una familia donde las verdades se esconden, donde el dolor se niega, donde se minimizan los sentimientos no solo del mismo niño sino de todos los miembros de la familia, donde el niño no es tomado en cuenta, al cual se le miente, se le esconden las verdades y se le tiene ajeno a muchas situaciones que están sucediendo en torno a su enfermedad. Cada niño y su circunstancia familiar determinarán en la mayoría de las veces el tipo de proceso y de encuadre terapéutico que deberá usarse. Sin embargo, a pesar de la circunstancias particulares de cada niño, el apoyo psicológico que la hipnoterapia ericksoniana le da a estos niños, tiene directrices muy concretas y efectivas de tratamiento que contribuyen enormemente no solo al bienestar físico y psicológico del niño sino en

muchos casos como, poderoso elemento de su recuperación y sanación.

La hipnoterapia ericksoniana aplicada adecuadamente al niño enfermo de leucemia y al niño enfermo crónico o terminal, lo ayuda a lograr una enorme paz en la mente. Esto no solo lo aleja del problema físico sino que le provee de habilidades y recursos para su bienestar. Ahora, sentirse bien no es el fin único de la hipnoterapia; aún más importante es aprender a vivir sin miedo en la enfermedad y estar en paz con la vida. Entonces se produce la curación cuando ya no está dominado por la frustración ni el fracaso.

Cuando el niño logra la paz en la mente, envía al cuerpo un mensaje de vida y el cuerpo escucha, mientras que la depresión, el temor y los conflictos no resueltos dan un mensaje de muerte. Más que nada, la hipnoterapia ericksoniana a través del trabajo del terapeuta, induce en el niño enfermo alguna forma de esperanza. La esperanza de que todo puede estar mejor. Esperar significa ver que el resultado al que se aspira es posible, y luego trabajar por él. Este sentido de esperanza se origina en primer lugar, como un resultado de la confianza del niño en quién le va a tratar. Este compromiso se crea a través de la compasión empática, de la aceptación incondicional, de la presencia plena y de la eficacia del terapeuta, así como de la buena voluntad del niño. Estos son factores imprescindibles para que se desenvuelva una profunda alianza terapéutica, que a su vez, será lo más importante en el trabajo terapéutico efectivo con un niño oncológico.

En la actualidad no hemos llegado todavía a entender todas las formas en que la química del cerebro se relaciona con las emociones y los pensamientos, pero una afirmación que es importante es decir que el estado de ánimo tiene efecto inmediato y directo en el estado del cuerpo. Somos una unidad entre mente y cuerpo y Milton Erickson confirmaba esta integración. Si el niño enfermo es consciente de su sufrimiento corporal y emocional pero tiene el apoyo necesario, entonces el mensaje que elabora en el transcurso del tratamiento terapéutico será que *<vivir es difícil, pero deseable>*, y su sistema inmunológico trabajará para mantenerlo vivo, porque este es su deseo. De aquí que las dos grandes herramientas que nos brinda el enfoque ericksoniano para el trabajo con la mente y el cuerpo son las emociones y la imaginación. Son los dos canales con que podemos conseguir que la mente y el cuerpo se comuniquen entre sí. La imaginación canaliza la energía mental hacia la realización del resultado deseado, y cuando uno comienza a actuar con arreglo a su nueva idea de las cosas, creará nuevas oportunidades, tanto consciente como inconscientemente.

El proceso evolutivo de una enfermedad como la leucemia, provoca paulatinamente un proceso anímico en que el niño se siente mal con su vida y con su propio existir; generando muchos sentimientos de rechazo hacia sí mismo por el hecho de estar enfermo. Es muy común que el niño se reproche a sí mismo por sentirse enfermo, alguno llega a pensar que la enfermedad es un castigo por haber sido malo. Es común que el niño puede también pensar que estar enfermo significa estar incapacitado para vivir una vida normal como lo hacen muchos otros niños, y se vive con sentimientos de inadecuación e incapacidad, llenando su alma poco a poco de sentimientos de frustración, vergüenza, culpa y odio hacia la enfermedad, sentimientos que en última instancia son contra sí mismo y que lo pueden mover fácilmente hacia estados depresivos que repercutirán aún más en las condiciones fisiológicas de la enfermedad. Los resentimientos y el odio son los obstáculos que impiden a muchas personas despejar el camino a su inconcluso cambio emocional y alcanzar la armonía consigo mismo y con los demás.

Por otro lado, los procedimientos médicos por más avanzados que sean, generan en el niño mucha carga de enfado hacia los médicos y enfermeras que lo tratan, como hacia los mismos padres a los que suele culpar por llevarlo a los tratamientos quimioterapéuticos dolorosos. Todo esto produce en el niño un estado estrés emocional generalizado que evidentemente tiene una repercusión negativa no solo sobre su estado anímico, sino sobre su condición de salud en general.

Si el terapeuta puede enseñar al niño enfermo cómo sentirse bien con su vida a pesar de estar enfermo, a amarse más a sí mismo y a los demás, y a conseguir la tranquilidad mental que lo ayude a obtener un mayor bienestar, los cambios necesarios pueden ocurrir. Este es el fondo de la hipnoterapia ericksoniana con un niño enfermo de leucemia. Cuando el niño y su familia logran transformar juntos los sentimientos de rechazo hacia la enfermedad y lograr la aceptación de esta como una parte de sus vidas, los cambios hacia el bienestar comienzan a producirse y en muchos casos hacia la recuperación. La aptitud para ver algo bueno en la adversidad es tal vez la característica esencial que más precisa una persona enferma.

Esto requiere de un profundo proceso de cambio de mentalidad para ver la enfermedad tanto del niño que la sufre como de la familia. Cuando los padres viven la enfermedad como una tragedia, como un castigo, como algo terrible en sus vidas, como una carga amarga que hay que soportar, el niño aprende a darle el mismo sentido a su enfermedad y a su sufrimiento; la enfermedad del niño se convierte en la enfermedad de la familia. El organismo del niño aprende poco a poco de esta visión y responderá congruentemente a ella, otorgándole el mismo sentido a su enfermedad, pero con un ingrediente más: la culpa, al ver que su enfermedad es la causante del sufrimiento de sus padres y hermanos. El cambio de las ideas en torno a la enfermedad, la resignificación de los atributos que se le dan a la enfermedad y a la perspectiva de la muerte para ser vistas como una motivación, como una oportunidad de crecimiento y transformación para todos, generará en el niño un aprendizaje diferente acerca de lo que significa estar enfermo y del sentido que le da la enfermedad a sus vidas. Pocos deseamos una enfermedad que amenace nuestras vidas, pero si lo queremos ver así, la enfermedad funciona como un mensaje de cambio, y da al niño algo que no obtiene en su existencia.

Las enfermedades de los niños expresan con frecuencia algo inexpresable que quieren decir a sus padres. De esta manera, las necesidades que se satisfacen a través de una dolencia son muy importantes. En la enfermedad se encuentra la clave hacia la salud.

Es entonces ante este contexto es como se nos presenta la tarea a realizar con un niño enfermo. No es nada más la tarea de desenvolver sus conflictos, sino ayudarlo a encontrar una razón interna para vivir; que pueda descubrir un sentido positivo a su enfermedad, que pueda descubrir sus recursos internos para enfrentar su dolor y para liberar su energía curativa. Y con la red familiar trabajar en el mismo sentido, en la medida de lo posible, pues será esta la red de contención que sostenga al niño en los momentos difíciles.

Para ilustrar de una mejor manera este proceso, quiero compartir brevemente una experiencia de trabajo terapéutico para después delinear algunos puntos importantes acerca del mismo.

Conocí a Juanito cuando tenía seis años y estaba teniendo un duro momento con la quimioterapia. Los tratamientos dada su situación de avance de la enfermedad transcurrían en largas horas de resistencia, llanto, gritos, miedo y dolor, convirtiéndose en momentos de gran desesperación no solo para él, sino para sus padres, las enfermeras y doctores que lo atendían.

Dos sesiones de quimioterapia antes de que yo conociera a Juanito, el doctor a cargo del caso trató de realizar una sesión de quimioterapia con anestesia y el resultado fue muy negativo. Juanito empezó a tener serias dificultades con su corazón y su respiración hasta el grado de casi perderlo. Después de esto la madre prohibió a los doctores el uso de la anestesia en los tratamientos subsecuentes.

Para entonces los padres de Juanito estaban desesperados por la falta de cooperación del niño en su tratamiento. Y pronto se acercaban otros. Fu entonces cuando recibí la llamada de su madre para ver si yo podía ayudarlo con el estado emocional del niño y generar en él una actitud más positiva hacia la enfermedad y los tratamientos médicos.

Yo no podía pasarme mucho tiempo haciendo con Juanito una terapia de juego hasta que expresará todo lo que pasaba en su interior así que decidí junto con él y sus padres usar la hipnosis ericksoniana.

En la primera sesión que tuve con los padres, me comentaron que Juanito estaba en un estado depresivo y que sus actitudes hacia los tratamientos y los medicamentos eran de terrible angustia y resistencia, lo que obstaculizaba los resultados y que en general sus actitudes hacia todo en la vida eran muy negativas. Estaba constantemente de mal humor y grosero con todo el mundo especialmente con ellos, con su hermano mas pequeño y con su hermanita.

En la escuela se resistía a usar su cubreboca y se resistía a ir a sus actividades extraescolares pues sentía gran vergüenza por su cabeza rapada.

En mi primera cita con Juanito me encontré con un niño tímido, con su mirada triste y apagada hacia el suelo sin hacer contacto visual conmigo y resistiéndose a entrar en el consultorio. Me acerqué y me incliné ante él expresándole que entendía como se sentía y que trabajando juntos podríamos lograr que ese sufrimiento desapareciera poco a poco, pero que igual podía decidir no entrar. Me volteó a ver directamente a los ojos, nuestras miradas se encontraron, en silencio entramos al consultorio y a partir de ese momento Juanito y yo emprendimos un viaje maravilloso al interior de nuestras almas.

El tratamiento lo divido en seis momentos que se van interactuando mutuamente según las necesidades de cada niño.

En un primer momento del tratamiento es vital crear un lugar seguro con el niño; lugar que le genera una sensación de protección, la cual es imprescindible, desde el enfoque ericksoniano, en el trabajo con alguien que experimenta una enfermedad que conlleva el tipo de tratamientos médicos como los de la leucemia, donde el niño suele ser muy agredido a raíz de tantas pruebas de sangre, biometrías, quimioterapias y otros tratamientos que lo pueden llevar muy fácilmente a instalarse emocionalmente en un estado de total defensividad y con este de poca colaboración. Aunque la defensividad tenga una función protectora para el niño, como una reacción normal de supervivencia ante la amenaza pero que interfiere con el desarrollo del tratamiento médico y por consiguiente en los resultados. Entonces la creación del lugar seguro, primero se va a dar en términos de encontrarse al menos en una relación segura con alguien, en este caso el terapeuta. Segundo, que se encuentra en un lugar no amenazante, el propio consultorio que con sus colores, su luz, su decoración le puedan dar esa sensación de seguridad que estamos buscando, muy diferente a la de los laboratorios y clínicas a donde regularmente va. Tercero, lo más importante es el encuentro con ese lugar interior que el niño descubre durante el trabajo terapéutico, el lugar interno en el cual puede reconocer y potenciar sensaciones de comodidad, tranquilidad, placer y armonía interior a través de imágenes emocionalmente nutrientes y armonizadoras del clima interno. Como el niño es de alguna forma dañado corporalmente tanto por los tratamientos médicos como por la enfermedad, esta parte del trabajo terapéutico es crucial para ayudarlo a recontactar las sensaciones corporales agradables de las cuales se ha ido alejando y desconectando. Este trabajo del lugar seguro, ayuda a potenciar los recursos que el mismo niño ya tiene en su interior y a los que tendrá acceso en todo momento y en todo lugar.

Esta ya es en sí misma una herramienta poderosa con la que el niño puede inmediatamente hacer frente a las siguientes fases de sus tratamientos médicos. El mismo niño empieza a darse cuenta que realmente aunque no puede cambiar la realidad exterior, la realidad interior se puede transformar, que el cambio es posible y que la experiencia se puede vivir de otra manera.

Desde que inicie con Juanito este proceso los resultados fueron inmediatos. Trabajamos con su respiración, con la relajación corporal, con las imágenes que él aportaba. Hicimos los anclajes con las sensaciones agradables que surgían de estas visualizaciones y finalmente trabajamos con música la cual nos servía como otro elemento de anclaje externo. Esta música que lo acompañaba en sus visualizaciones en el consultorio y en su hogar, se podía trasladar a la clínica. En la siguiente sesión de quimioterapia sorprendentemente vimos otro niño; Juanito logra mantener un estado emocional de serenidad y con un buen nivel de autocontrol. Esta nueva actitud asombra a las mismas enfermeras. Juanito dedica un tiempo antes del tratamiento médico para hacer su preparación: respiraciones profundas, accedando su lugar seguro y una vez logrando el estado deseado, les indica a sus enfermeras cuando pueden iniciar. A partir de este momento el niño logra poco a poco, un mayor control en sus emociones y un estado de relajación suficientemente adecuado para que el tratamiento de la quimioterapia se de con naturalidad y efectividad.

Mientras vamos logrando estos avances, en la terapia de juego empiezan a surgir sentimientos muy profundos acerca de su enfermedad; de sus miedos, su enojo, su tristeza y de temas más profundos que poco a poco fuimos procesando, pero también la misma terapia de juego le ayuda a reconocer potencialidades y recursos que guarda en su interior, algunos conocidos por él mismo y otros no reconocidos aún. Los mismos juegos de mesa los usamos como metáforas de su sistema inmunológico. Las visualizaciones que entre los dos creamos muchas veces tienen que ver con ejércitos y como estos luchan contra su enemigo.

Una de las pasiones de Juanito es la pintura. Juanito tiene una natural habilidad para pintar, actividad que goza y disfruta enormemente y que además le ha brindado cierta fama. En las épocas difíciles de su enfermedad solía dejar a un lado su arte por medio del cuál sublimaba todo su dolor. Decidí utilizar este maravilloso recurso del niño como administrador del dolor. No voy a puntualizar todo el beneficio que la hipnoterapia ericksoniana realiza con el manejo del dolor ya que esto nos tomaría mucho espacio y además hay muchos autores especializados en esta materia. Solamente quiero enfocar que el utilizar los recursos individuales del niño, nos han servido para crear visualizaciones en las cuales jugamos con los colores, los trazos, las formas y los tonos para después ponerlas en papel, transformando la incomodidad del dolor en imágenes calmantes y tranquilizadoras.

La hipnoterapia ericksoniana ha sido quizás la primera técnica psicológica empleada para ayudar al control de las náuseas y vómitos asociados a la quimioterapia. La mayoría de los estudios se

han realizado en niños y adolescentes, observándose una notable efectividad de la técnica, tanto para reducir las náuseas y vómitos como el dolor y las emociones negativas asociadas a la quimioterapia. Y así ha sido en el caso de Juanito como de muchos otros niños. De los mismos recursos del niño surgen los elementos de trabajo con sus síntomas. A Juanito le gusta cantar, bueno, no frente a un público. Su canto es un canto silencioso y para sí mismo, casi como un arrullo que el hace en sus momentos más íntimos y profundos, y yo mismo al escucharlo creí que si utilizaba este recurso del canto con algún mantra lo beneficiaría. Y así es, el canto íntimo y personal del mantra junto con su respiración le ayuda a generar un estado más cómodo en estos momentos molestos de los efectos de la quimioterapia. No se trata de eliminar los síntomas, por supuesto que no, ya que son una respuesta natural del organismo a la misma quimioterapia. El mantra lo ayuda a entrar en un trance ligero y con esto lograr aminorar el malestar. Cuando se siente molesto comienza calladamente a cantar su mantra, como cantándose a sí mismo.

Otro aspecto importante que es muy necesario a tomar en cuenta viene a darse ante la imposibilidad del terapeuta de acompañar a cada niño a sus tratamientos en la clínica y es cuando la madre toma un papel como compañera también en este viaje de sanación, sino dentro del consultorio, si como un aliado del niño afuera, en el hospital, donde lo acompaña y lo apoya con su trabajo interior. La voz de la madre se hace la extensión de la voz del terapeuta que fortalece emocionalmente al niño a lograr sus metas. Entrenar a la madre y hacerla participe, involucrarla en esta parte del proceso es fundamental. En este caso, en la madre de Juanito hay toda la disposición e interés de llevarlo a cabo; solo necesitamos un par de sesiones para darle un poco de información acerca del trabajo y de su quehacer con Juanito antes, durante y después de las sesiones de análisis de sangre, biometrías y de la quimioterapia; como es de esperarse, los resultados fueron muy buenos.

Y el último punto, no menos importante pero si, más esporádico es la necesidad de tener sesiones con el resto de la familia, ya sea de forma individual o en grupo, pues a través del curso de la enfermedad van surgiendo situaciones cargadas de emociones que se van quedando “en el tintero” ya que se han dejado para después o que nunca salen a flote y se van guardando para hacerse presentes más adelante pudiendo generar otro tipos de conflictos. Con la familia de Juanito se trabaja dando apoyo y orientación a los padres para el manejo de los conflictos, celos y toda la gama de emociones que surgen a raíz de un proceso de este tipo.

Juanito tiene una hermanita de tres años y un hermano de cinco alegre y vivaracho, quien últimamente ha venido presentando una serie de conductas rebeldes y agresivas tanto en casa como en la escuela que no son típicas de él, que deduzco, son un poco con el fin de llamar la atención y volver a recuperar el interés de sus padres hacia él. Juanito requiere mucho la atención de sus padres por su estado de salud y el hermano ha resentido esta atención. Después de dos sesiones de terapia de juego las conductas empiezan a normalizarse, pudiendo exponer sus quejas y hablar de cosas que le molestan y le enfadan, sentimientos que tiene poco conscientes e inexpresados. Las sesiones de terapia de juego le ayudan a expresar y hablar de temas que no hablaba con nadie. Poco a poco trabajamos para que sus padres le den el lugar que está pidiendo a través de sus conductas.

He tratado de resumir muy brevemente todo un proceso que ha llevado casi tres años desde su inicio, en el caso de Juanito, en otros casos que han llegado a tomar mucho más tiempo y en otros muchísimo menos, cuando la enfermedad nos arrebató rápidamente al niño a pesar de todos los esfuerzos en conjunto. Hoy Juanito es un niño sano que pudo remitir la enfermedad con esfuerzo y coraje. Una lección que nos enseña que por más difíciles que sean las circunstancias, siempre hay esperanza, y si hay esperanza todo es posible.

En resumen, podemos apuntar que la hipnoterapia ericksoniana ayuda al niño oncológico en el tratamiento del dolor, también como auxiliar de los efectos secundarios del tratamiento médico, como ayuda para el trabajo psicológico-inmunológico y como terapia de apoyo emocional tanto para él como para su familia.

El reto es arduo y en momentos difíciles por las condiciones anímicas del niño, pero con fé en el niño, en los métodos ericksonianos y en uno mismo como terapeuta, los milagros se producen.

Juanito hoy esta dado de alta, vive una vida normal y es feliz. Y aunque hay casos en que los finales no son felices, de todas maneras el estado emocional y anímico del niño para enfrentar lo que venga es mucho más suave y estable.

La hipnoterapia ericksoniana puede ser una extraordinaria ayuda para un niño que sufre y que necesita un encuentro con la paz de su alma y como un extraordinario complemento al tratamiento

médico.

Si el niño logra la paz mental, la leucemia será vencida. Todo es factible que ocurra por medio de la paz de la mente que crea un ambiente favorable a la curación del cuerpo.