

**COACHING
PARA POTENCIAR EL
EFECTO PLACEBO DE LA
ACUPUNTURA**

EFECTO PLACEBO

Mejoría observable, cuantificable y/o subjetiva, no atribuible al tratamiento

EFECTO PLACEBO

EXPECTATIVA DE CURACION

ESTUDIOS CLINICOS

Irwing Kirsch:

Según un meta-análisis de 19 estudios se concluye que el 75 % del efecto antidepresivo es producido por el placebo.

“Listening to Prozac but hearing placebo: A meta-analysis of antidepressant medication” – Irwing Kirsch, Guy Sapirstein - Prevention & Treatment, 1998 - Page 1. Prevention & Treatment, Volume 1, Article 0002a, posted June 26, 1998 (American Psychological Association).

ESTUDIOS CLINICOS

Helen Mayberg:

Mediante PET (Tomografía de Emisión de Positrones) se evidencian cambios (aumento del metabolismo de la glucosa) en determinadas zonas cerebrales, sobretodo en Cortex pre-frontal, cuando se administra placebo.

"The Functional Neuroanatomy of the Placebo Effect"

Helen S. Mayberg, M.D., F.R.C.P.C., J. Arturo Silva, M.D., Steven K. Brannan, M.D., Janet L. Tekell, M.D., Roderick K. Mahurin, Ph.D., Scott McGinnis, B.S., and Paul A. Jerabek, Ph.D.

ESTUDIOS CLINICOS

Andrew Leuchter:

Mediante EEG Cuantitativo (mide el flujo sanguíneo y el consumo energético del cerebro) se demuestra que el placebo provoca un aumento de la actividad en córtex pre-frontal.

“La mente crea una respuesta que es específica del placebo (distinta a la producida por fármacos)”.

“Changes in Brain Function of Depressed Subjects During Treatment With Placebo” - Andrew F Leuchter, Ian A Cook
Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes (2002)
Issue: January Pages: 122-129

FACTORES DE EXITO TERAPEUTICO (EN PSICOTERAPIA)

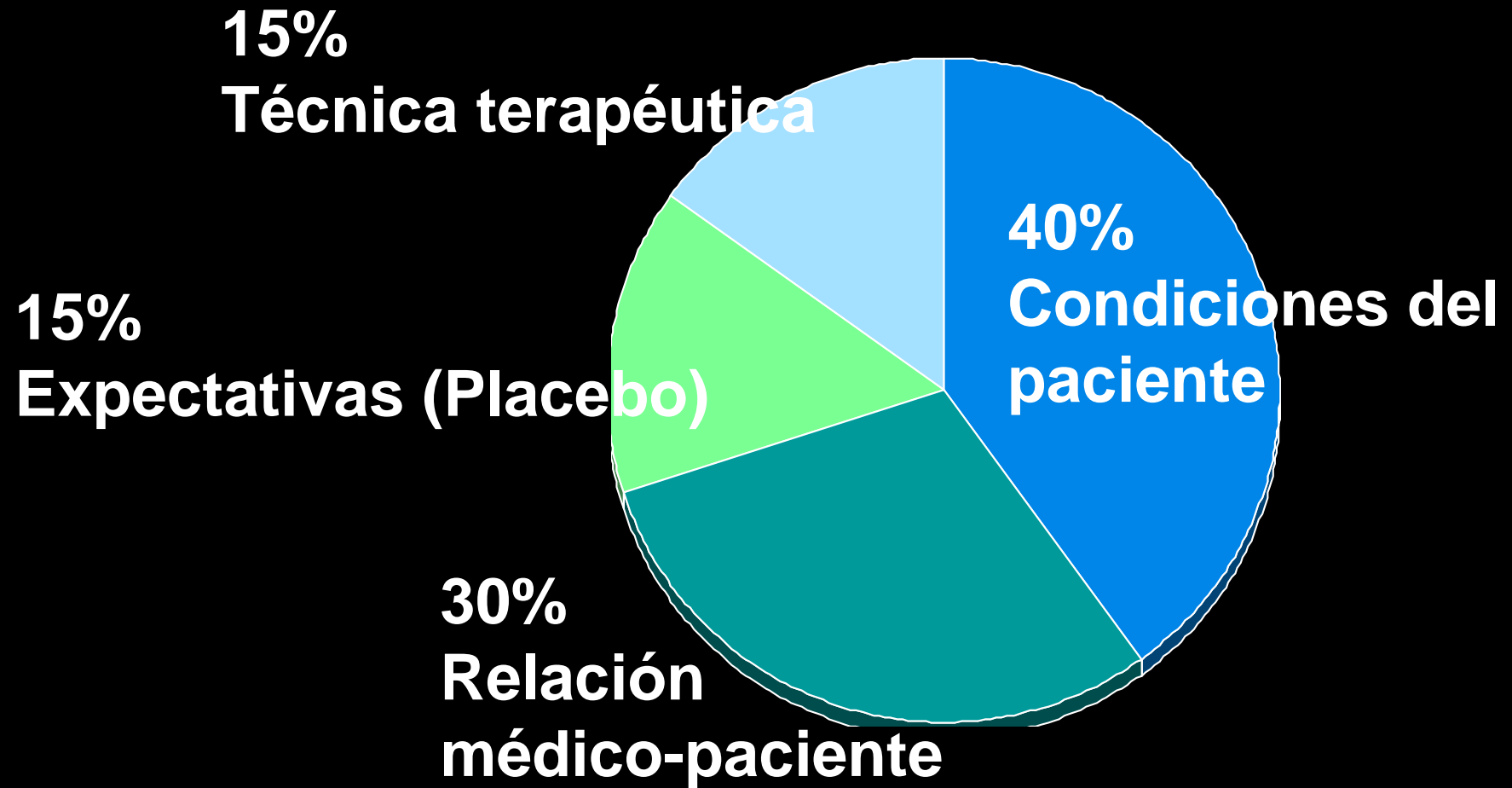
La terapia puede considerarse satisfactoria en el 68% de los casos

Factores que favorecen el buen resultado:

- **Condiciones personales del paciente:** recursos personales, entorno (soporte social) y tipo de sintomatología.
- **Relación médico-paciente:** Cuando el paciente se siente cómodo con el terapeuta.
- **Expectativas (placebo):** la confianza y optimismo del terapeuta.
- **Técnica empleada:** el dominio de los métodos empleados por el terapeuta.

Lambert, M. J. (1992). "Implications of outcome research for psychotherapy integration". In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (pp. 94-129). New York: Basic Books. (Imagen cedida por Bill O'Hanlon)

FACTORES DE EXITO EN TERAPIA



PLACEBO Y ACUPUNTURA

- Características potenciadoras
 - Aguja (la Acupuntura – Placebo “también funciona”)
 - Anamnesis: mayor subjetividad
- Características limitadoras
 - Condicionantes culturales: técnica “exótica”
 - Mecanismo de acción “poco comprensible”

METODOLOGIA

El COACHING es el proceso de ayudar a las personas a rendir al máximo de sus posibilidades.

Supone:

- Evaluar la situación actual
- Definir objetivos
- Desarrollar las capacidades necesarias para conseguirlos

COACHING:

- *Estado Personal*
- *Relación Médico - Paciente*
- *Habilidades de Comunicación*

PNL

PROGRAMACION NEURO-LINGUISTICA

- **Programación:**
Estudio y utilización sistemática de “programas mentales”, es decir, de patrones de percepción sensorial, organización del pensamiento y acción.
- **Neuro:**
Conjunto de procesos del sistema nervioso que dan lugar al comportamiento y a la representación interna de la experiencia.
- **Lingüística:**
Forma de estructurar el lenguaje verbal como principal medio de representar y expresar la experiencia.

ESTADO PERSONAL

El estado mental adecuado es aquel que permite la máxima *expresión de recursos* en un contexto determinado.

Se describe como *sensación de fluir* o de “estar centrado”.

ESTADO PERSONAL

CENTRAMIENTO ACTIVO:

- *“Sentarse cómodamente, con los ojos abiertos o cerrados, tomando conciencia de la postura y dejando liberar las tensiones y pensamientos”.*
- *“Prestar atención al Dan Tien (sentirlo o imaginarlo), mientras el cuerpo se relaja.”*
- *“Dejar que se relajen los músculos, de la cabeza a los pies”.*
- *“Calmar el Shen: dejar que se vacíe la mente (la atención sólo al Dan Tien)”.*



RELACION MEDICO-PACIENTE

Rapport:

Crear sintonía → Estar atento al paciente y aceptarlo tal como es.

- Postura: adoptar la misma postura facilita la empatía.
- Ritmo respiratorio: acompasar la respiración del paciente.
- Ajustar el tono de voz y el ritmo del habla.
- Acompañamiento verbal y no verbal: dar retroalimentación mediante afirmaciones, preguntas o comentarios.

RELACION MEDICO-PACIENTE

Patrocinio (Sponsoring):

Considerar al paciente como alguien único y con un potencial interior para la curación.

Escucha activa:

El foco de atención está en el paciente (y no en los propios pensamientos), para calibrar su estado emocional y su sistema de valores.

HABILIDADES DE COMUNICACION

LENGUAJE VERBAL:

*Expresar expectativas positivas
(Creencias Potenciadoras)*

LENGUAJE NO VERBAL:

Creer lo que se dice (Congruencia)

HABILIDADES VERBALES: MARCO OBJETIVO

Marco = Forma de enfocar la atención, que influye en la percepción y en la respuesta ante una determinada experiencia.

Marco-Objetivo: induce a mantener la atención en las soluciones, en contraste con el Marco-problema, en que sólo se ven los inconvenientes.

CREENCIAS

ESTRUCTURA DE LAS CREENCIAS:

- **Cognitiva (lingüística):** se trata de una generalización acerca de la realidad, basada en experiencias personales o en creencias culturales o sociales.
- **Neurológica (sistema nervioso central):** es la reacción fisiológica (incluida la carga emocional) asociada a la experiencia que desarrolla la creencia.

CREENCIAS POTENCIADORAS

- *“La mejoría es posible”*
- *“El organismo del paciente tiene la capacidad natural para mejorar”*
- *“Se debe hacer todo lo posible para mejorar al paciente”*

CREENCIAS LIMITADORAS

Capacidades:

“No sé como tratar este caso...”

“No tengo suficiente experiencia en...”

Posibilidades:

“Esto va a ser difícil de tratar...”

“Este paciente está muy mal...”

Identidad:

“En el fondo, no creo que la acupuntura funcione...”

“Esto no es lo mío...”

LOS 3 ERRORES MAS FRECUENTES

- 1º Ser poco explícito o expresar una actitud pesimista (Marco Problema): Genera expectativas negativas
- 2º Dar demasiadas explicaciones o usar lenguaje técnico: Genera confusión
- 3º Ser exageradamente optimista: puede transmitir incongruencia (y aumenta las posibilidades de fracaso).

CONCLUSIONES

1. El efecto placebo es objetivable en el SNC
2. Está producido por la expectativa de curación
3. La relación con el paciente influye en la respuesta placebo.
4. El efecto placebo de la acupuntura puede aumentar mediante la práctica de 3 habilidades básicas de Coaching:
 - Estado personal del médico
 - Cuidar la relación con el paciente
 - Prestar atención al lenguaje