

La relación entre el estrés emocional y el cáncer

Análisis escrito por [Dr. Joseph Mercola](#)

HISTORIA EN BREVE

- › Científicos han descubierto que el estrés diario es un desencadenante para el crecimiento de los tumores
- › Investigaciones demuestran que las condiciones para desarrollar una enfermedad pueden verse afectadas por su entorno emocional, incluyendo el trabajo diario y el estrés familiar
- › Cualquier tipo de trauma, emocional o físico, puede actuar como un "camino" entre mutaciones cancerosas, uniéndolas en una mezcla potencialmente mortal

Científicos han descubierto que el estrés emocional cotidiano es un desencadenante del crecimiento de tumores. Cualquier tipo de trauma, emocional o físico, puede actuar como un "camino" entre mutaciones cancerosas, uniéndolas en una mezcla potencialmente mortal.

Los resultados de investigaciones demuestran que las condiciones para el desarrollo de la enfermedad pueden verse afectadas por su entorno emocional, incluyendo el trabajo diario y el estrés familiar. Hasta ahora, los científicos creían que era necesario tener más de una mutación causante de cáncer en una célula para que los tumores crecieran.

Pero los investigadores demostraron que las mutaciones pueden potenciar el cáncer incluso cuando están ubicadas en diferentes células, porque el estrés abre "vías" entre ellas.

Durante mucho tiempo he creído que los factores emocionales son uno de los más importantes para todas las enfermedades, especialmente para el cáncer.

Es por eso que una estrategia efectiva para manejar su estrés ha sido parte de mis 12 herramientas principales para la prevención del cáncer, y esto se debe a que existe una evidencia abrumadora de que su mente es muy importante cuando se trata de prevenir o desencadenar una enfermedad.

La idea de que sus emociones afectan su salud y el desarrollo de una enfermedad no es nueva. Incluso, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) han declarado que el 85 % de todas las enfermedades parecen tener una relación emocional, pero es probable que el porcentaje real sea aún mayor.

[La investigación del Dr. Hamer](#), a lo largo de las últimas tres décadas, ha demostrado pruebas científicas que indican que su estado de salud actual se debe a sus reacciones mentales y emocionales de los eventos que ocurren durante su vida.

La "biología de la creencia" de Bruce Lipton es otra escuela de pensamiento científico que se suma a esta "nueva" forma de pensar acerca de la enfermedad, es decir, que sus emociones pueden hacer que sus genes expresen salud o enfermedad.

El estrés ha sido una causa conocida de cáncer desde 1908

[Donald Yance](#), un herborista y nutricionista internacionalmente conocido, compartió conmigo esta información fenomenal: ¡El estrés fue señalado como una causa de cáncer desde 1908! Como dijo Donnie:

"Eli Jones, el gran médico ecléctico en cáncer y probablemente la persona más brillante que haya existido en la faz del planeta, rara vez hablo sin mencionar su nombre, escribió un libro en 1908 llamado 'Cancer - its causes, syntoms y treatment'. No hay una inexactitud que pueda encontrar en ese libro escrito hace más de cien años".

En el libro mencionado, el Dr. Jones reveló sus principales causas de cáncer ... y la causa número uno fue el estrés.

¿Cómo el estrés causa cáncer?

El estrés probablemente desencadena el cáncer de una manera multifacética. Por ejemplo, el estudio realizado por los investigadores de la Universidad de Yale encontró que el estrés, incluso la actividad "normal" de todos los días, puede actuar como una vía entre mutaciones cancerosas, lo que podría desencadenar el crecimiento de tumores.

El Instituto Nacional del Cáncer mostró que la investigación con modelos animales indicó que "la respuesta neuroendocrina de su cuerpo (la liberación de hormonas en su sangre en respuesta a la estimulación de su sistema nervioso) puede alterar directamente procesos importantes en las células que ayudan a proteger contra la formación de cáncer, como la reparación del ADN y la regulación del crecimiento celular".

Otra investigación ha demostrado que la norepinefrina, una hormona producida durante los períodos de estrés, puede **umentar la tasa de crecimiento del cáncer**.

La norepinefrina puede estimular a las células tumorales para que produzcan dos compuestos (metaloproteinasas de matriz llamadas MMP-2 y MMP-9) que descomponen el tejido alrededor de ellas y permiten que las células se muevan con mayor facilidad en el torrente sanguíneo.

Una vez allí, pueden viajar a otros órganos y tejidos para formar tumores adicionales, un proceso llamado metástasis.

La norepinefrina también las estimula para liberar un químico (factor de crecimiento endotelial vascular o VEGF) que puede ayudar en el crecimiento de los vasos sanguíneos que alimentan a las células cancerosas. Esto puede aumentar el crecimiento y la propagación del cáncer.

También se ha encontrado que la epinefrina, hormona del estrés, causa cambios en las células del cáncer de próstata y de mama, de forma que puede hacerlas resistentes a la muerte celular. Esto significa que el estrés podría contribuir al desarrollo del cáncer y reducir la efectividad de los tratamientos.

Nutrir su salud emocional es una estrategia importante para la prevención del cáncer

Si sus emociones juegan un papel tan importante en su salud, y estoy convencido de que sí, tratar sus emociones se convierte en una parte esencial para una salud óptima. ¿Pero cómo?

Aprender a usar herramientas como la [Técnica de Libertad Emocional \(EFT\)](#), por ejemplo, funciona en varios niveles de su mente, cuerpo y espíritu simultáneamente, ayudándolo a mejorar sus emociones y sufrimientos. La salud óptima implica atender sus traumas emocionales lo más rápido posible; sin dejar que viejas heridas emocionales contribuyan con la enfermedad.

Por lo tanto, además de usar el EFT como su principal herramienta de resolución de estrés, debe practicar un ejercicio regular para normalizar su nivel de insulina. Puede hacer yoga, ejercicio diario, técnicas de respiración y otras herramientas para disminuirlo.

También hay otras estrategias importantes para la prevención del cáncer, cómo [optimizar sus niveles de vitamina D](#) y consumir menos alimentos y azúcares procesados. He detallado mis [sugerencias completas sobre el estilo de vida contra el cáncer aquí](#).

Es probable que su salud emocional sea el factor más importante de todos los demás aspectos físicos que se mencionan allí, así que asegúrese de que esto se resuelva y hágalo lo más pronto posible, por el bien de su salud.

Fuentes y Referencias

- [The Telegraph January 14, 2010](#)
- [Nature January 13, 2010](#)