

ESTUDIO DEL EFECTO DEL PROGRAMA DE REDUCCIÓN DEL ESTRÉS, BASADO EN MINDFULLNES (MBSR) EN LA RESPUESTA INFLAMATORIA DE LOS PACIENTES CON SÍNDROME DE INTESTINO IRRITABLE (SII).

El síndrome de intestino irritable (SII) (conocido como colon irritable) es uno de los trastornos digestivos más frecuentes en Chile y el mundo. Su diagnóstico es realizado mediante criterios clínicos y de exclusión de otras patologías, debido a que no existen marcadores de laboratorio específicos. Actualmente diversos grupos científicos internacionales están investigando sus causas, siendo nuestro grupo de laboratorio pioneros en contribuir con su conocimiento en nuestro país. Se le reconoce como un modelo biopsicosocial, ya que factores psicológicos, sociales y biológicos afectan el desarrollo de sus síntomas. En este sentido, pacientes con SII se caracterizan por tener niveles elevados de ansiedad, depresión y una disminuida calidad de vida asociados una mayor sintomatología. Estas perturbaciones están relacionadas al desequilibrio de la comunicación bidireccional en el eje cerebro-intestino, el que induce una elevada respuesta inflamatoria, un aumento de la permeabilidad intestinal y una mayor activación mastocitos por terminaciones nerviosas. Diversas psicoterapias han mostrado ser efectivas en la disminución las alteraciones psicosociales y la sintomatología de los pacientes con SII, pero existen pocos estudios que demuestren el impacto de estas sobre la respuesta inmune de los pacientes. Actualmente nuestras investigaciones están dirigidas a estudiar el impacto del programa de reducción de estrés basado en *Mindfulness* (MBSR), práctica derivada de los ejercicios de meditación budistas que inducen atención

plena sobre la respuesta inflamatoria de los pacientes con SII y su asociación con la mejora clínica y psicológica. Nuestro objetivo es contribuir con evidencia científica al entendimiento de los mecanismos fisiopatológicos que subyacen la relación biopsicosocial en este síndrome, fortaleciendo futuras aproximaciones terapéuticas para el manejo clínico de estos pacientes.