



Hipnosis aplicada en enfermedades físicas

TEXTO POR HORACIO RUIZ, HIPNOTERAPEUTA. Presidente de la Asociación Española de Hipnosis Clásica y Ericksoniana y profesor del curso Superior de Hipnosis Terapéutica y Técnicas de P.N.L. (Declarado de Interés Sanitario) www.horacionruiz.es
blueday@horacionruiz.es

Carlos (nombre ficticio) está sentado en el sillón, sus ojos están cerrados como si estuvieran vueltos arriba y adentro hacia un punto donde desaparecen, la voz lenta y monocorde del hipnoterapeuta le está llevando a un estado de trance profundo.

Un electroencefalograma mostraría las llamadas ondas cerebrales Alfa, que son las que emite el cerebro cuando estamos muy relajados y en un estado mental de calma y tranquilidad. El latido cardiaco de Carlos se hace más lento... se ha modificado también el pulso y la presión arterial, el tono muscular desciende, han cambiado los reflejos motores, el lado izquierdo de su cerebro (analítico racional) se inhibe, se calma.

Actividad del cerebro

Hay una gran actividad del lado derecho del cerebro, que parece ser el cerebro del inconsciente, la imaginación y la creatividad, lugar donde proceden los sueños cuando dormimos. Su respiración es pausada y profunda, se va apoderando de él una agradable sensación de pesadez, sopor y descanso profundo, en otras palabras, se sumerge en el llamado estado de hipnosis. Su mente se vuelve sugestionable. Las palabras del hipnoterapeuta influyen poderosamente en el subcortex provocando respuestas a nivel talámico. En ese estado las potencialidades y recursos del inconsciente se potencian al máximo.

Carlos ha ido a la consulta buscando una técnica que le ayude a aliviar el dolor, a reducir la ansiedad y la angustia, todo ello originado por una reciente operación quirúrgica. Ha sido operado de un tumor en el cuello. Su caso es curioso, trabajaba de cajero en un banco, cierta mañana tuvo la terrible experiencia de que la Entidad Bancaria fue atracada. El atracador poniéndole una escopeta de cañón recortado en el cuello le conminó a entregarle el dinero de la caja. Años después a Carlos le diagnosticaron un tumor curiosamente en el cuello. Ese día había venido con unos dolores tremendos, los fármacos suministrados por los profesionales médicos no eran suficientes para reducir el dolor. Una vez sumergido en trance hipnótico y aprovechando que en ese estado se potencian los funcionalismos de imaginación y creatividad del cerebro derecho se le hizo visionarse en un lugar en contacto con la naturaleza, que se integrara con todos los elementos presentes, sonidos, aromas, sensaciones, olores, como si realmente estuviera inmerso en la misma...

Después se le invitó a meterse en una cascada de aguas frescas y cristalinas... El resultado final fue, que la ansiedad, la angustia y el dolor se redujeron a un nivel incluso superior a los anestésicos quími-



Mediante la Hipnosis Terapéutica se enseña a personas con dolencias a disminuir la ansiedad y angustia, así como los dolores producidos por sus trastornos psicósomáticos.

cos (morfina). No, no se trata de milagros, no es fantasía, éste es uno de los muchos casos verídicos que a menudo se repiten en muchos hospitales y clínicas oncológicas del mundo. Hay una rama de la medicina psicósomática, la llamada psico-neuroinmunología que lleva décadas investigando la íntima relación entre cuerpo y mente. La mente ejerce una influencia extraordinaria sobre el cuerpo determinando a veces la enfermedad o la salud. La clave es una mente bien dirigida. La hipnosis terapéutica es el estado mental por excelencia para activar el poder de curación de nuestra psique.

Tipos de dolores comunes a los pacientes oncológicos

Los pacientes oncológicos sufren una variedad de dolores cuyas causas son diferentes. Pueden experimentar un breve dolor causado por el pinchazo de una aguja o el dolor derivado de un tratamiento que dura varias semanas, pero que poco a poco va disminuyendo. Otras veces sufren un dolor que a lo largo de los meses o de los años, va empeorando como consecuencia de una invasión tumoral. Las imágenes y las sugerencias que se manejan en hipnosis para paliar esos dolores, varían mucho en función de las circunstancias del dolor y de otros aspectos que el paciente ha de afrontar. Algunos especialistas oncológicos saben perfectamente que incluso los pacientes que hayan recibido un tratamiento clínico adecuado, a su enfermedad, existen muchas posibilidades de que sufran algún tipo de dolor residual o de dolor relacionado con el movimiento. En estos

casos el tratamiento con la hipnosis y las técnicas sugestivas, (funcionalismos esencialmente propios del hemisferio cerebral derecho) pueden resultar altamente eficaces a la hora de paliar esos dolores y molestias.

Los oncólogos Grossman, Sheideler, Swedeen, Mucensky, Piantadosi, Siegel, Simonton, (1991) ya aconsejaban a sus pacientes que: aparte del tratamiento impuesto por los especialistas, para mejorar el proceso podían buscar el tratamiento con las técnicas hipnóticas que, en todos los casos sin excepción, han demostrado una alta eficacia como paliativas del dolor y reducción de la angustia y miedos subyacente en los mismos... Se insiste en que en estos pacientes, la intervención hipnótica es un complemento muy adecuado al tratamiento médico, pero en modo alguno es una alternativa al mismo. Siempre ayuda y cumplimenta, nunca perjudica y da al paciente la sensación de control en muchos momentos en que la propia medicina oncológica no es capaz de aliviar esas tensiones y dolores.

Un aspecto muy importante, yo diría fundamental, a la hora de emplear la terapia hipnótica paliativa del dolor asociada a la enfermedad, es que bien desarrollada su efecto es duradero. En estos casos tengamos en cuenta que el dolor, probablemente, va a continuar durante meses o incluso años.

Ayuda de la hipnosis

Así pues, la intervención hipnótica para que resulte de gran ayuda, ha de repetirse con regularidad, también el hipnólogo deberá enseñar la técnica al paciente

para que éste la realice diariamente por sí mismo. Por diversas razones, muchos de los pacientes oncológicos que recurren al tratamiento hipnótico son incapaces de continuar con el mismo a nivel individual. Muchas veces por el carácter progresivo de su enfermedad y al debilitamiento que lleva asociado. En este caso es bueno y aconsejable por parte del profesional dejarles órdenes posthipnóticas y sugerencias apropiadas y enseñarles métodos breves de autohipnosis que puedan utilizar por su cuenta.

Hemos comprobado que el tratamiento hipnótico elimina la mayor parte del dolor de los enfermos cuando están en la consulta con el profesional. Otra ayuda muy eficaz son las grabaciones hipnóticas realizadas durante el trance y que luego escucharán ellos en su casa. Personalmente he utilizado muchas veces la hipnosis en personas operadas de cáncer y de diversas otras dolencias, incluso el sufrimiento por la neuralgia del trigémino ha sido aliviada con el tratamiento de la analgesia hipnótica.

Poderosa herramienta

Es una herramienta poderosa que ayuda en gran medida a aliviar el sufrimiento humano. ¿Por qué no la utilizan regularmente los médicos y oncólogos como rutina en sus metodologías terapéuticas? Tal vez, digo sólo tal vez, por que no hay ninguna multinacional farmacéutica detrás de la hipnosis... o será que es devolverle el poder de autocuración y de control al paciente... o por simple ignorancia... no lo sé... que el lector saque sus propias conclusiones.