

## EXPERIENCIA EN HIPNOSIS CLÍNICA:

### Los últimos resultados de la aplicación en hipnosis clínica:

Las últimas investigaciones demuestran la capacidad de la hipnosis clínica para calmar el dolor, generar cambios en la conducta patológica, remediar la infertilidad y hasta aplicaciones en oncología. La experiencia en la aplicación de estas técnicas ha mejorado desorbitadamente durante los últimos años.

La hipnosis clínica parece aumentar la velocidad de recuperación de diferentes tipos de traumas fisiológicos. En un estudio realizado en el año 2004 y publicado por el American Journal of Clinical Hypnosis, evaluaron a 18 mujeres que se sometieron a cirugías para reconstruir su pecho. Las pacientes fueron asignadas al azar a uno de tres grupos por ocho semanas. El primer grupo recibió tratamientos post-operatorios normales; el segundo, además de los anteriores recibía psicoterapia (cognitivo-conductual) una vez a la semana, mientras que el tercero se les aplicaba una sesión de hipnosis clínica por semana durante 60 minutos para reducir el dolor, la inflamación y recuperación del tejido.

8 semanas después de la cirugía, el equipo quirúrgico que no conocía las aplicaciones de la terapia evaluó los lugares donde se realizaron las incisiones. Su conclusión: Las pacientes tratadas con hipnosis clínica se recuperaron mucho más rápidamente; y necesitaron menos analgesia.

Un estudio anterior realizado acerca de la relación entre la hipnosis clínica y las fracturas de hueso, respaldado por los National Institutes of Health, de Estados Unidos, encontró resultados similares; alivio más rápido, mejor movilidad, menor malestar y menos analgésicos para controlar el dolor entre los pacientes ortopédicos que utilizaron la hipnosis clínica.

Por otro lado es un hecho reconocido que muchos médicos se sienten frustrados en sus intentos por tratar a pacientes con el síndrome del intestino irritable (colon irritable). En Manchester durante el año 2004, Reino Unido, se realizó un estudio en el que continuaron durante cinco años a 204 pacientes con este padecimiento.

Estos asistieron a 12 sesiones de hipnosis clínica durante tres meses y fueron condicionados a visualizar escenas tranquilizantes pero motivantes testadas clínicamente, que se relacionaban con su colon. En concreto a una de las mujeres se le indujo a visualizar su colon como una bufanda colorida y ondulante. Los resultados sobrepasaron las expectativas de los investigadores; más del 70% de los pacientes se evaluaron a sí mismos como "mucho o moderadamente mejor" después de la hipnoterapia.

Cinco años después el 81% de las personas que desde un principio se beneficiaron del tratamiento, indicaron que su mejoría había perdurado. Sus pruebas clínicas de ecografía, endoscopia y analítica resultaron definitivamente negativos, Además de haberse reducido en casi un 95% la ansiedad y depresión reactiva, al igual que la dependencia a los

analgésicos e hipnóticos y el número de visitas al médico de atención primaria se redujo drásticamente.

En otro estudio, el psicólogo clínico Olafur Palsson de la University of North Carolina al Chapel Hill School of Medicine, de Estados Unidos, confirmó también un 80% de éxito en la evaluación de 18 pacientes de colon irritable que fueron tratados mediante hipnosis clínica después de haberles sometido a terapia cognitivo conductual con resultado de fracaso.

Otras investigaciones de relevante prestigio, confirman igualmente el gran logro positivo que obtiene la hipnosis clínica en pacientes con trastornos dermatológicos; como verrugas, síntomas de eccema, comezón y diversos aspectos de la dermatitis seborreica, aunque los ejemplos más espectaculares de recuperación con hipnosis clínica son los resultados obtenidos en el tratamiento de quemaduras graves.

La hipnosis clínica ayuda severamente a las mujeres parturientas al control del dolor (parto sin dolor) y los niños que nacieron de madres que realizaron el parto bajo hipnosis clínica, tuvieron mejor salud en el examen Apgar, una medida de salud, y las madres fueron menos propensas a la depresión post parto.

Las personas con úlceras pépticas no saben cuándo van a sentir el dolor, pero utilizando la hipnosis clínica obtienen excelentes resultados según se desprende de un estudio británico, donde se comprobó que fueron capaces de regular la secreción de los ácidos gástricos, de forma que sólo el 35% experimentó dolor, comparado con el 100% de reincidencias en el grupo de control.

David Spiegel, profesor de psiquiatría en la Stanford University, de Estados Unidos, encontró que podía ayudar a ciertos pacientes con cáncer. Se estudió a 125 mujeres con cáncer de mama metastásico. Aquellas que fueron tratadas con técnicas de hipnosis tuvieron 50% más de recuperación que las que recibieron el tratamiento convencional (resectomía de la mama apoyada de quimioterapia y radioterapia) y los controles posteriores no observaron una recidiva del cáncer de mama. Aunque es en Valencia (España) donde estas técnicas ha alcanzado su mayor relevancia mediante el uso de hipertermia con hipnosis clínica, logrando resultados inhibidores no recidivantes en cáncer de hasta T4-M1. Al mismo tiempo se observó que las náuseas, ansiedad y sentimientos fatales provocados por la quimioterapia fueron considerablemente aliviados mediante la hipnosis clínica.

Artículo extraído de la Revista Prevention. Abril 2006.