

Hipnosis, una alternativa de tratamiento no farmacológica Hypnosis, a non-pharmacological treatment alternative

Rolando Javier Álvarez-Pérez^{1*} <https://orcid.org/0000-0003-0606-2993>

Ivanis Idael Corría-Milán² <https://orcid.org/0000-0001-9934-2462>

Robin Fajardo-Alcalá¹ <https://orcid.org/0009-0007-0482-3740>

¹Universidad de Ciencias Médicas de Granma. Facultad de Ciencias Médicas de Manzanillo. Granma, Cuba.

²Universidad de Ciencias Médicas de Granma. Facultad de Ciencias Médicas de Bayamo. Granma, Cuba.

*Autor para la correspondencia. Email: rolialvarez19@gmail.com

Recibido: 01/05/2024

Aceptado: 14/10/2024

Estimado director:

La Medicina bioenergética y natural forma parte de la medicina contemporánea, en Cuba bajo el Acuerdo No. 4282 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros en el 2002 se crea el Centro Nacional para el Desarrollo de la Medicina natural y tradicional (MNT), que es el que dirige todas las actividades del Programa para el Desarrollo de la MNT, dentro de las modalidades de esta, se encuentra la hipnosis.^(1,2)

Johan-Dojaquez y cols.,⁽³⁾ definen a la hipnosis como: "una técnica cuyo objetivo es relajar al individuo, para que se encuentre en un estado de trance, que facilite la recepción de ideas, que de una manera consciente al cerebro le sería difícil asimilar."



La hipnosis a través de la historia ha estado presente en el desarrollo de la ciencia y de la psicología, y forma parte de la cultura médica y de la filosofía. El papiro egipcio de Ebers es una de las pruebas más antiguas del uso de la hipnosis.⁽⁴⁾

La hipnosis se ha practicado desde la antigüedad hasta la época actual. Hay que reconocer el trabajo de múltiples doctores y científicos que han mantenido esta técnica en su trabajo diario como son: Fran Antón Mesmer, James Braid, Charcot, Liebault, Bernheim, hasta llegar a Sigmund Freud, sin olvidar a Janet o Carl Gustav Jung y a nuestro Premio Nobel de Medicina Santiago Ramón y Cajal, y en la historia más reciente el doctor Milton Erickson.⁽⁴⁾

El profesor argentino D.F Duprat fundó la primera sociedad de hipnosis en Cuba en 1958; pero no es hasta 1986 que es acreditada la Sociedad Cubana de hipnosis adscripta a la Academia de Ciencias. A partir de este momento, se ha logrado una mayor difusión en los medios académicos de la científicidad de la hipnosis.⁽²⁾

En 1994 el Dr. Alberto Cobián Mena autor de varios libros de hipnosis, crea en el Instituto Superior de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba una clínica de hipnosis terapéutica, y a su vez es el coordinador del evento HIPNOSANTIAGO, con gran aceptación por la comunidad científica internacional.⁽²⁾

En Cuba se practica la técnica de la hipnosis desde la segunda mitad del siglo XX, en especial en el campo de la Psicología.⁽²⁾ En la actualidad la hipnosis es utilizada por profesionales de diferentes especialidades: psicólogos, estomatólogos, psiquiatras, enfermeros y otros; que investigan y capacitan sobre el tema.⁽⁵⁾

Las investigaciones sobre hipnosis, han demostrado su eficacia, en diferentes afecciones y síntomas, como el tratamiento y prevención del dolor agudo y el dolor crónico.⁽⁶⁾ Esta técnica puede ser empleada en combinación con otros tratamientos farmacológicos, para disminuir el riesgo de efectos adversos relacionados con estos.⁽³⁾

La hipnosis tiene efecto beneficioso en el proceso del embarazo y el parto. Si se utiliza la hipnosis durante las clases de parto ayudan a la mujer a afrontar el miedo y la ansiedad ante el dolor del parto.⁽⁷⁾ Utilizar la hipnosis durante el proceso del embarazo y el parto pudiera disminuir la necesidad de utilizar medicamentos u otras técnicas alternativas, así como el miedo asociado a este proceso natural.

La hipnosis se puede utilizar como coadyuvante de los fármacos analgésicos para intervenciones quirúrgicas como; las exodoncias y otros procedimientos en estomatología. Esta

técnica puede mejorar los estados de temor y ansiedad de los pacientes y aumentar los efectos de la anestesia en el acto quirúrgico.⁽⁸⁾

La hipnosis es útil específicamente para aquellos pacientes en quienes el uso de la anestesia puede ser un riesgo. Esta técnica reduce la ansiedad, ante cualquier procedimiento doloroso y siempre que sea suministrada por personal calificado, no se asocia a eventos adversos. Además, una ventaja de la hipnosis como terapia, es que el paciente colabora durante el proceso y se mantiene consciente.⁽⁸⁾

Todo lo expuesto sobre las evidencias científicas de los beneficios de la hipnosis, no significa que se deban reemplazar las terapias existentes, sino que debería integrarse con más frecuencia como coadyuvante de otros tratamientos, para incrementar la eficacia de estos y disminuir el riesgo de efectos adversos relacionados.⁽³⁾

Estimado director, de lo expuesto anteriormente se deriva la necesidad de generar en la comunidad científica un mayor interés en el estudio de la hipnosis, como tratamiento adjunto a otros procedimientos, para controlar tanto síntomas físicos como psicológicos. Esta técnica ha demostrado ser un recurso eficaz para mejorar la calidad de vida en los pacientes en los que se utiliza.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Consejo de Ministros (Cuba). Acuerdo No. 7551 Actualización del Programa Nacional de Medicina Natural [Internet]. La Habana: Consejo de Ministros; 2014 [citado 12 Nov 2023]. Disponible en: https://www.aepromo.org/asociados/files/ACUERDO_7551_2014_sin_subrayar.pdf
2. Cobián-Mena AE. Yo sí creo en la hipnosis. Santiago de Cuba: Editorial Oriente; 1997.
3. Johan-Dojaquez A, López-García CA, Zenteno-Covarrubias G. La hipnosis como tratamiento, recopilación de la evidencia clínica: una revisión sistemática. Sal Jal [Internet]. 2024 [citado 12 Nov 2023];11(2):78-87. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2024/sj242c.pdf>
4. Ruiz-Iglesias H. Guía práctica de hipnosis [Internet]. Madrid: Ediciones Nowtilus, S.L; 2010 [citado 12 Nov 2023]. [aprox. 44 p.]. Disponible en: <https://www.nowtilus.com/descargas/FragmentoGuiaPracticadelaHipnosis.pdf>

5. Cabrera-Macías Y, López-González E, Ramos-Rangel Y, González-Brito M, Valladares-González A, López-Angulo L. La hipnosis: una técnica al servicio de la Psicología. Medisur [Internet]. 2013 [citado 6 Nov 2023];11(5):534-41. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v11n5/ms08511.pdf>
6. Nieto C. Sobre la naturaleza de la hipnosis [Internet]. España: Hipnológica; 2009 [citado 6 Nov 2023]. Disponible en: <https://www.hipnologica.org/wp-content/uploads/2019/11/2-Sobre-la-Naturaleza-de-la-Hipnosis-1.pdf>
7. Barranco-Callejón N. Beneficios del uso del hipnoparto en mujeres embarazadas: una revisión sistemática [Internet]. España: Universidad de Almería; 2022 [citado 22 Ene 2023]. Disponible en: <https://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/16802/BARRANCO%20CALLEJON%2C%20NURIA.pdf?sequence=1>
8. Gutiérrez-Solís AL, Gómez-de Regil L. Uso de la hipnosis anestésica en cirugías dentales: Una revisión breve. Rev Odontol Latinoam [Internet]. 2020 [citado 6 Nov 2023];12(2):47-52. Disponible en: <https://www.odontologia.uady.mx/revistas/rol/pdf/V12N2p47.pdf>

Conflictos de intereses

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de los autores

Rolando Javier Álvarez-Pérez: conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, visualización, redacción del borrador original.

Ivanis Idael Corría-Milán: conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, visualización, redacción, revisión y edición.

Robin Fajardo-Alcalá: conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, visualización, redacción, revisión y edición.

Financiación

Universidad de Ciencias Médicas de Granma. Facultad de Ciencias Médicas de Manzanillo. Granma. Cuba.