

Hipnosis y terapia.

Hipnosis describe a la vez una técnica y un estado alterado de conciencia, implica una relajación profunda y una disminución de la capacidad crítica, es por tanto un estado ideal para actuar sugestivamente sobre un paciente.

Es una técnica con un más que probable desarrollo a lo largo del siglo XXI ya que además de su utilidad manifiesta cuenta con la ventaja, cada vez más apreciada, de no usar fármacos de modo que sus efectos iatrogénicos en este sentido son inexistentes.

Aunque la hipnosis se ha considerado como una técnica de relajación va más allá de la relajación muscular. La hipnosis es una terapia muy especial que ha demostrado su eficacia de modo empírico y científico, aún así no deja de ser una de las terapias más relegadas a un olvido terapéutico.

La hipnosis ha sido recomendada por múltiples organismos y asociaciones médicas desde el siglo pasado hasta la actualidad, sin embargo aunque esta de sobra probada su utilidad no acaba de ser plenamente aceptada por el público en general ni por los sectores médicos más ortodoxos.

La responsabilidad de una situación que dificulta el acceso a una técnica tan eficaz es múltiple, por un lado los hipnotizadores de feria han generado un miedo entre la población a estar sometido totalmente ante la voluntad del hipnotizador, e incluso a no despertar, por otro lado aunque desde la medicina oficial se tengan pruebas fehacientes de la eficacia de la hipnosis, esta no se enseña en las facultades, al menos hasta el punto de generar médicos capaces de lograr por medio de la hipnosis los resultados deseados. Cuando nos encontramos con un médico con formación especializada en hipnosis tenemos casi la certeza absoluta de que ha dedicado largo tiempo tras la finalización de su carrera para especializarse.

Es importante disipar el miedo que genera la hipnosis de farándula, no se puede hipnotizar a un paciente que no quiera ser hipnotizado, se requiera la ayuda de un médico especialista y la aceptación voluntaria del paciente para que la hipnosis se produzca; es preciso también aclarar que no existen curaciones en una sesión, las sesiones suelen durar una hora y se pueden requerir muchas sesiones para que la patología o el síntoma a tratar se resuelvan, vemos pues que un médico de familia, incluso con la instrucción adecuada no dispondrá de tiempo apenas para tratar a sus pacientes con hipnosis aunque considere que es la técnica adecuada a su patología.

©www.efisioterapia.net - portal de fisioterapia y rehabilitación