

# Hipnosis. Un Recurso Terapéutico.

Alberto Franco Silva <sup>1</sup>.

**L**a hipnosis puede ser de valiosa ayuda en el manejo de nuestros pacientes. Tuvo un auge por los 60. Después cayó bastante en el olvido, posiblemente porque se esperó demasiado en ella o se llegó a la charlatanería. Y porque demanda menos tiempo formular medicamentos, que ahora están alcanzando precios prohibitivos y que no siempre cumplen satisfactoriamente su cometido. Con este artículo pretendo plantear mi interés por el tema. Lo haré en forma anecdótica, refiriendo mi modesta experiencia sobre algunos cientos de casos.

Ejercía yo la medicina en Charalá. Gente encantadora y bondadosa. Pero muy escasos los recursos con que se contaba. Llegó por esos días a mis manos un manual de técnica de hipnosis escrito por Duprat, un odontólogo argentino. Me cautivó el libro al punto de que lo memoricé casi completamente, vislumbrando la posibilidad de ampliar mis recursos terapéuticos con bajo costo.

Decía Duprat que cuando uno se hubiera aprendido la técnica procediera sin titubeos a hacerle una prueba de susceptibilidad al primero que se le presentara. Con cierto temor a hacer el ridículo si fallaba escogí para el efecto a una simpática amiga que acertó a acudir a mi consulta.

Después de solicitarle su colaboración y de pedirle que se relajara coloqué una mano contra su espalda y le dije que al ir y retirando ella se iría para atrás, lo que efectivamente sucedió, para júbilo mío y diversión de ella.

A la mañana siguiente aún persistía mi euforia por el éxito alcanzado

<sup>1</sup> MD Cardiólogo. Presidente Junta Directiva, Fundación Cardiovascular del Oriente Colombiano.

**Correspondencia:**  
Dr Alberto Franco, Fundación Cardiovascular del Oriente Colombiano, Calle 51 No. 34-17, Floridablanca.

cuando me encontré en la calle con la mamá de la paciente que con cara de pocos amigos me soltó la información de que Elisita se había vuelto loca. Había pasado toda la noche riéndose y hablando incoherencias sin cesar y, lo peor, mencionando frecuentemente mi nombre.

Me sentí como debería sentirme el que acaba de cometer un crimen. Pálido y sudoroso difícilmente puede sostenerme en pie. Odie la medicina y al libro de Duprat. Sentí llegar el fin de mi carrera. Hubiera querido morir en ese instante. Los días siguientes fueron un largo martirio. No me abandonaba el sentimiento de culpa.

Un acontecimiento infortunado vino en mi auxilio: Un hermano de mi paciente cayó en cuadro psicótico agudo y a él no le había colocado yo mi mano en parte alguna. Me enteré de que ambos habían venido consumiendo, como quien come culonas, anorexígenos a base de anfetaminas.

Sin embargo persistía en mi justo recelo de volver a incursionar por los campos de la hipnosis. Por suerte en esos días vino a Bucaramanga el propio Duprat a dictar un curso de hipnosis para médicos y odontólogos. El me acabó de tranquilizar y me dejó en cambio resonando en mi cerebro una frase: «El que tenga un paciente con un cáncer y no utilice la hipnosis para aliviarlo debe sentir cargo de conciencia» yo tenía precisamente ese caso: Don Abelardo, un gracioso octogenario que me había ido mereciendo especial deferencia y a quien venía tratando por un carcinoma de una pierna con apariencia de grande y maloliente coliflor. Los analgésicos ya poco lo calmaban y había tenido que recurrir a la morfina.

Con gran entusiasmo y firme convicción inicié mi tarea, tanto más laboriosa por cuanto él era medio ciego y bastante sordo. Haciéndole fijar la vista en la luz de una linterna de bolsillo y vociferando logré inducirle la hipnosis. Quedó tan plácidamente dormido que no creí retirarle la sugestión de que su pierna estaba dormida «como cuando uno deja una pierna en mala posición». Al día siguiente madrugó a mandarme llamar porque sentía un insoportable hormigueo «como gusanos» y la extremidad se había hinchado. Volví a hipnotizarlo, esta vez valiéndome de la orden posthipnótica que le había dejado en la sesión anterior y le retiré el hormigueo. Desde ese momento no volvió a necesitar morfina y en un par de días más le suspendí la novalgina.

Diariamente al principio, después mas espaciado, le repetí la hipnosis y para asombro mío la gran masa tumoral fue disminuyendo de tamaño, hasta llegar como a la mitad de lo que había alcanzado a ser. Hubo seguramente en su cerebro mecanismos que mejoraron su producción de anticuerpos.

El éxito obtenido con don Abelardo fortaleció mi ego y me dio el impulso y la confianza necesarios para continuar

practicando el método. Me suscribí a dos revistas internacionales y compré todos los libros que había sobre el tema y los devoré con avidez. Siempre sentía una gran emoción cuando veía que mi paciente torcía los ojos hacia arriba y empezaba a responder a mis sugerencias.

Utilicé la hipnosis en cientos de casos, muchos de los cuales en grupo lo cual, entre paréntesis, es más fácil. Los mejores resultados los obtuve en hiperemesis gravídica, que respondieron generalmente a una sola sesión. Como coadyuvante en la psicoprofilaxis fue muy buena ayuda. Para analgesia en curaciones de quemaduras extremas. Para alivio del asma y para muchas enfermedades consideradas psicósomáticas. Intenté sin éxito mejorar psoriasis, vitiligo y otras más. Traté igualmente de dar ordenes mentalmente sin ningún resultado.

Todas las personas son susceptibles de ser hipnotizadas según las circunstancias y el hipnotizador. El primer paso es establecer el «Rapport». Una relación de empatía y convencimiento de la bondad del procedimiento.

Siempre es conveniente la presencia de algún observador para evitar suspicacias o falsas imputaciones.

No es prudente tratar de quitar hábitos malsanos mediante ordenes hipnóticas porque esos hábitos podrían estar representando una válvula de escape y podrían ser remplazados por otros peores. Había que utilizar tranquilización en su lugar.

El hipnotizador no ejecuta en general acciones que vayan en contra de sus principios morales o de sus intereses, aunque se refieren casos en que alguien valiéndose de la hipnosis cometió abuso sexual.

En una oportunidad en que tenía hipnotizada a una señorita para tratamiento de un vómito persistente quise aprovechar la oportunidad para tratar de indagar sobre mi sospecha de que estaba embarazada, lo que ella había negado categóricamente. De inmediato se profundizó su sueño y no me respondió más. Varias horas después me tocó conseguir ayuda para llevarla a su casa donde continuó profunda hasta el día siguiente.

Es importante que las sugerencias que con fines terapéuticos se hagan al hipnotizado sean en forma positiva. Por ejemplo: No se dirá «Ud. no se va a sentir mal», sino «Ud se sentirá bien». Últimamente han cobrado importancia técnicas de relajación similares a la autohipnosis.

Hay personas propensas a la fantasía que pueden dar por verdaderos sucesos que nunca han existido. Tal es el caso, bastante divulgado y comercializado de regresiones a anteriores reencarnaciones en que se encuentra un

suceso traumático que presuntamente causó la actual dolencia.

La hipnosis médica implica una interrelación estrecha, amable y respetuosa entre hipnotizador e hipnotizado en busca de un fin terapéutico.

El hipnotizador ejercerá autoridad firme, pero con delicadeza e intuición, sabiendo que todo lo que diga podrá producir efecto profundo. Recuerdo una vez en que la paciente a quien yo había hipnotizado horas antes no paraba de llorar sin saber porqué. Volví a hipnotizarla y averigüé entonces que cuando yo le había sugerido que estaba aspirando el aroma de unas rosas ella las imaginó blancas y las asoció con el suceso más doloroso de su vida: la muerte de su hijo mayor. La tranquilicé y todo volvió a la normalidad. Desde entonces siempre utilicé

flores rojas para mis pacientes.

A veces se produce inconveniente dependencia del hipnotizado respecto al hipnotizador. Cierta paciente, auxiliar de enfermería en una localidad distante me fue llevada por las monjitas para que le tratara un asma muy rebelde. Mejoró pero me tocaba hacerle sesiones frecuentes. Entonces utilicé una grabación y simplemente me sentaba a su lado a hacécela escuchar. Hasta ahí todo bien. Después deje en manos de las religiosas el manejo de la grabadora. La paciente entraba en hipnosis pero ponía mala cara y el beneficio no era igual.

Finalmente una aclaración. ¿Por que deje yo de practicar la hipnosis si era algo tan bueno?. Porque mis circunstancias variaron y la vida se me aceleró. Pero añoro esos tiempos que dejaron una cierta sonrisa en mi espíritu.