Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)

Tratan con hipnosis a pacientes que reciben quimioterapia en Hospital Civil

Enfermos reportan que disminuye su nivel de ansiedad y las reacciones posteriores

La mente es poderosa: porque es capaz de crear sensaciones agradables, disminuir el estrés y la ansiedad, e incrementar el optimismo; condiciones que ayudan a mantener fuerte el sistema inmunológico para un mejor aprovechamiento de tratamientos como la quimioterapia, que se suministra a enfermos de cáncer.

Pacientes del Hospital Civil de Guadalajara (HCG) reportan que cuando mejora su estado de ánimo son reducidos sus niveles de ansiedad y estrés, y aumenta su optimismo, sienten que responden mejor al tratamiento y hay una disminución de efectos secundarios como menor frecuencia de vómitos o menos sensibilidad olfativa, en el caso de la quimioterapia.

Guiados por el propósito de generar condiciones que mejore el ánimo de los enfermos de cáncer, un equipo de 10 voluntarios, todos profesionales de la Psicología y encabezados por la psicóloga Esther Cisneros Quirarte, quien tiene especialidad en terapia familiar sistémica y está certificada como hipnoterapeuta por el Instituto Milton Erickson; utilizan la hipnosis ericksoniana para ayudar psicológica y emocionalmente a los pacientes que acuden a la unidad Fray Antonio Alcalde del HCG.

Los pacientes empiezan a percibir beneficios como un estado de relajación durante el tratamiento y disminución de reacciones posteriores.

“Me sentí tranquila mientras recibía la quimioterapia. Es la segunda vez que recibo ayuda, guiada de los psicólogos, y hay una gran diferencia. Antes estaba inquieta, con muchos miedos por mi enfermedad; ahora estoy más relajada. En cuanto a los síntomas posteriores, siento que han disminuido, se ha calmado el dolor de mis huesos y hay menos hormigueos en la piel”, externa María Guadalupe Cisneros Arredondo, quien padece mieloma múltiple.

El mieloma múltiple es un cáncer que comienza en las células del plasma, un tipo de glóbulos blancos que son parte del sistema inmunitario y ayudan a proteger el cuerpo contra gérmenes. Es la misma enfermedad que padece Rubén Arroyo García, quien percibe similares beneficios a raíz de que es tratado con la hipnosis ericksoniana, que en el HCG es denominada “Imaginación guiada” por los integrantes de la Fundación Voluntarias contra el Cáncer.

“Tengo cuatro años recibiendo quimioterapias, pero desde hace tres semanas soy ayudado por los psicólogos y, definitivamente, me siento mucho más tranquilo, con menos ansiedad y nervios. Además de sentir menor entumecimiento en los pies, síntoma que presento después del tratamiento médico”, contó Arroyo García.

En la unidad Fray Antonio Alcalde, los profesionales de la Psicología intervienen a estos pacientes todos los jueves, a partir de las 10:00 horas. En tres semanas de implementado el programa, se han beneficiado a 40 personas con la terapia ericksoniana.

Es probable que, debido al crecimiento en el número de voluntarios que aportan sus servicios profesionales de manera gratuita, se abra otro grupo los días miércoles, en igual horario. Lo ideal es que se extendiera el servicio a todos los que reciben quimioterapia, de lunes a viernes; esa es una de las metas.

Para evaluar los efectos de la hipnosis ericksoniana en los pacientes y documentar la evidencia, el plan es hacer una investigación con metodología científica que permita tener resultados objetivos, detalló la maestra Cisneros Quirarte.

Mitos y realidades de la hipnosis

Mediante la hipnosis se conduce a las personas a un estado alterado de conciencia, es decir, a estar en trance, pero no necesariamente significa que las personas pierdan el conocimiento o estén inconscientes, explicó la psicóloga por la UdeG, maestra Mónica Gudiño Cabrera, quien presta servicios profesionales de manera voluntaria en el hospital Fray Antonio Alcalde.

“Al estar en trance la persona desacelera sus ondas cerebrales para ubicarse en una frecuencia más suave y pausada; es más receptiva a la información que da el terapeuta y puede ser conducido a cambios favorables para enfrentar un problema o enfermedad. El paciente no actúa fuera de su voluntad, ni fuera de su esquema de valores y creencias”, informó Gudiño Cabrera.

Al trabajar con los pacientes que están en proceso de quimioterapia, la guía de intervención que utilizan los psicólogos está enfocada en fortalecer la salud. La hipnosis ericksoniana no tiene que ver con el show o espectáculo tipo Taurus do Brasil, especificó la especialista.

Hay muchas áreas de la medicina que pueden ser ayudadas mediante la hipnosis con excelentes resultados, los cuales han sido documentados por revistas científicas.

La doctora Elvira V. Lang, de la Harvard Medical School, hizo una investigación sobre la utilización de la hipnosis como analgésico en intervenciones quirúrgicas. Los pacientes sintieron menos dolor y ansiedad, y en los casos de posparto reportaron una disminución en el consumo de fármacos para controlar las molestias. La investigación fue publicada en el año 2000 en *The lacent*.

La utilización de la hipnosis en el campo de la medicina no es nuevo. El doctor Santiago Ramón y Cajal, padre de la neurociencia moderna, la utilizó como herramienta para disminuir la presencia de dolor durante los dos últimos partos de su esposa.

La hipnosis como recurso para reducir los niveles de ansiedad y temor en pacientes odontológicos es documentada en artículos científicos como “Hipnosis como complemento en la cirugía oral del adulto mayor”, que publicó la *Revista Cubana de Estomatología*, autoría de profesionales del Hospital Universitario “Comandante Manuel Fajardo”, en La Habana, Cuba.

La hipnosis ha sido utilizada como herramienta por odontólogos para relajar al paciente y anestesiar el área a intervenir, sin necesidad de químicos. El tema ha sido tratado en diferentes foros en el mundo

como el noveno Congreso de Odontología para el Minusválido y Pacientes Especiales, que tuvo lugar en la ciudad de San Sebastián, en España.

En ese foro el doctor Christian Rauch, de la Sociedad Alemana de Hipnosis Dental, dio un taller sobre el tema.

Procedimiento hipnótico en el HCG
El equipo de psicólogos que son voluntarios en el HCG, llevan a los pacientes a un estado de relajación. “Si hay un músculo que sienten rígido, se le indica que lo tense más y luego, lo aflojen, para que puedan percibir la diferencia y se extienda esa agradable sensación a todo su cuerpo”, explicó la maestra Cisneros Quirarte,

Posteriormente, se les ayuda a hacer un anclaje. Es decir, a través de la palabra el psicólogo guía al paciente para que, con su imaginación, se trasladen a un lugar hermoso, en el que hayan estado previamente y les genere paz y tranquilidad. Se le pide a la persona que “escuche” los sonidos, como el del oleaje del mar o de una cascada, dependiendo del lugar al que se trasladen mentalmente; que “huelan” los aromas, que “vean” las formas y los colores para crear una vivencia al máximo, explicó.

La especialista agregó que el cerebro no distingue entre lo que es real y lo que es imaginario. Entonces, al instalarse ese momento agradable en el aquí y en el ahora, vuelve todo ese bienestar en su cuerpo como si estuviera ahí.

“Luego, los psicólogos utilizan la comunicación metafórica para que los pacientes cambien su punto de vista negativo sobre el tratamiento. Para ello se les pide que imaginen que la solución que entra por sus venas limpia de células enfermas a su cuerpo”, contó.

“Cuando una persona va a recibir quimioterapia es necesario bajar los niveles de estrés y ansiedad –agregó–, ya que cuando está tranquila aprovecha más el tratamiento”.

Detalló que muchos enfermos ven a la quimioterapia como si fuera veneno para sus cuerpos. Esto tiene muchas repercusiones en el plano emocional y en el organismo.

Si el estado de ánimo tiene alteraciones puede haber efectos negativos en la salud, ya que el sistema inmunológico se debilita, entonces pueden adquirirse infecciones.

A t e n t a m e n t e
“Piensa y Trabaja”
Guadalajara, Jalisco, 2 enero de 2019

Texto: Martha Eva Loera
Fotografía: Abraham Aréchiga

Etiquetas:
Esther Cisneros Quirarte [1]

URL Fuente: https://comsoc.udg.mx/noticia/tratan-con-hipnosis-pacientes-que-reciben-quimioterapia-en-hospital-civil

Links
[1] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/esther-cisneros-quirarte