



Rev. Bras. de Hipnose 2017; 28(1): 13-36

ISSN 1516-232X

Associação Brasileira de Hipnose - ASBH

*Revista  
Brasileira de  
Hipnose*

www.revistabrasileiradehipnose.com.br

## Hipnose nas Especialidades Médicas

### *Hypnosis in Medical Specialties*

Wilson Bastos Barroso, M.D.

*Associação Brasileira de Hipnose - ASBH, Rio de Janeiro, RJ, Brasil  
Associação de Hipnose do Rio de Janeiro – AHIERJ, RJ, Brazil*

---

#### **Resumo.**

No decorrer dos últimos anos concluímos que para vencer o preconceito que ainda existe no meio médico com relação à Hipnose, se faz necessária uma defesa do seu uso como terapêutica, discutindo as suas aplicações nas várias Especialidades Médicas. Dessa forma, neste trabalho, objetiva-se contribuir para a divulgação dos fundamentos científicos dessa prática milenar e mostrar a importância desse procedimento terapêutico na Medicina.

*Palavras-chave.* Hipnose, Especialidades Médicas, Hipnoterapia.

---

#### **Abstract.**

Over the past few years we have concluded that in order to overcome the prejudice that still exists among doctors in relation to hypnosis, it is necessary to defend its use as a therapy, discussing its applications in the various medical specialties. Thus, in this work, the objective is to contribute to the dissemination of the scientific foundations of this ancient practice and to show the importance of this therapeutic procedure in Medicine.

*Keywords.* Hypnosis, Medical Specialties, Hypnotherapy.

---

## **1. Introdução.**

Com poucos anos de formado em Medicina, eu tive a oportunidade de fazer um curso de Letargia ministrado pelo Irmão Vitricio, hoje Padre Reck, recém-chegado da França, onde com sucesso já havia demonstrado sua habilidade em obter o transe hipnótico através de “toques” e outras manobras de caráter puramente mecânico<sup>12</sup>.

Deveras impressionado com tudo que vi e aprendi, busquei em livros dedicados a Hipnologia compreender melhor seus fundamentos, métodos e técnicas. Tornei-me um entusiasta da Hipnose e de suas aplicações na Medicina; e cheguei a usá-la em Obstetrícia, na condição de assistente da Clínica, na Santa Casa da Misericórdia do Pará. Obtive sucesso nas epiziotomias e epiziorrafias, em aplicação de fórceps, em manobras para versão, tanto internas como externas, e na condução de trabalhos de parto sem anestesia e sem dor.

Pouco tempo depois de transferir-me para o Rio de Janeiro, onde a Hipnose sofria restrições e rejeição, por parte de médicos e das Sociedades que os representavam, afastei-me da prática desse ato médico que tanto me empolgava, pelo receio de não conseguir acreditar-me no exercício da minha profissão.

Muitos anos se passaram e o acaso fez-me encontrar com a Dra. Laís Helena da Rocha, na época Presidente da SOHIMERJ, que insistiu para que eu me filiasse à mesma e retornasse ao es-

tudo da Hipnose, tomando contato com os avanços científicos que a explicam e com os profissionais sérios e competentes que a integram. Ao aceitar seu convite e desfrutando já do convívio salutar de companheiros ilustres, cresceu em mim o interesse pela maior difusão do seu ensino e, conseqüentemente, a ampliação do seu uso, o que podemos conseguir adaptando os atuais cursos de Habilitação em Hipnose, direcionando-os para as especialidades, de modo a habilitar médicos de todas as áreas a usá-la no tratamento das doenças que enfrentam em sua clínica.

O objetivo principal deste trabalho é defender o uso da hipnose como terapêutica, discutindo as suas aplicações nas várias Especialidades Médicas. Nesse sentido, estamos procurando contribuir para a divulgação dos fundamentos científicos dessa prática milenar e mostrar a importância desse procedimento terapêutico na Medicina.

## 2. Breve histórico.

A história da hipnose se confunde com a história da humanidade. Desde os tempos primitivos o homem no seu dia a dia convive com o fenômeno hipnótico<sup>1-3</sup>.

Até para sua sobrevivência, o homem primitivo, inconscientemente, para vencer o medo, para enfrentar obstáculos e até mesmo para alimentar-se, só o conseguia graças à autoconfiança que sua auto-sugestão lhe conferia.

No Egito em épocas remotas, os sacerdotes usavam seus poderes hipnóticos para tratar os seus crentes, adormecendo-os e ministrando-lhes *passes* no clássico *Templo do Sono*.

Na Índia, “santos e faquires” já usavam a auto-hipnose produzindo em si mesmos, *transis mediúnicos*, nas provas de renúncia, resistência e sofrimento em suas práticas de auto-flagelação<sup>13</sup>.

Na Caldeia, na China e na própria Índia, as práticas hipnóticas foram largamente usadas para curar ou aliviar sofrimentos, para comunicação com mortos e com seus Deuses ou para exorcizar demônios.

O *Papiro de Tebas* descoberto por Ebers recomendava: para abrandar a dor ponha suas mãos sobre o doente e diga que a dor vai desaparecer (1552 a.C.).

No *Templo de Esculápio*, na Grécia, produziam-se curas e profecias em transe hipnóticos<sup>13</sup>. Célebres ficaram os monges dos Montes Athos (onfalopsíquicos), que se aproximavam de Deus graças à auto-hipnose conseguida com a contemplação persistente de seus próprios umbigos<sup>17</sup>.

A enorme relação daqueles que praticaram hipnose em todos os tempos conta com Galeno, Rei Saul dos Hebreus, Rei Eduardo, o confessor da Inglaterra, Luiz XV da França, aquele que colocava a mão sobre a cabeça de seus súditos e dizia: *Le Roi te touche et Dieu te guerit*, Avicena, Pomponace, Paracelso, Von Helmont, celebre pela afirmação de que *a vontade é o principal dos poderes*, Chiron, mestre do Esculápio, que lhe aplicou a hipnose e ensinou-lhe a induzi-la. Este mais tarde a usou entre os Romanos, colocando suas mãos sobre pontos doloridos dos seus pacientes aliviando-lhes o sofrimento. Hipócrates, o pai da Medicina, já dizia que *as dores de que padecem o corpo e a alma podem ser vistas de olhos fechados*. Ele usava colocar a mão sobre seus pacientes e sugerir-lhes que se curassem ou melhorassem de seus padecimentos<sup>1-3</sup>.

Avicena (século X), acreditando na imaginação atuando sobre o funcionamento corporal dizia que muitos padecimentos podem ser curados pela palavra, pela persuasão e pela vontade.

Paracelso (século XVI) concebia que a imaginação e a fé eram capazes de modificar estados doentios.

O Pe. Gassner, Robert Fludd e Mecenas, que tiveram entre seus discípulos Poysegur e Abade Faria, Eliotson e Esdaile, que realizaram milhares de cirurgias sob hipnose na Índia, são nomes que não podem deixar de ser citados. A hipnose, denominação atribuída por James Braid (1795-1860), médico inglês, é definida por ele como resultado da fadiga dos órgãos sensoriais obtidas por estimulação continuada e persistente em um paciente que concentre toda a sua atenção nos objetivos determinados<sup>1</sup>. Esta foi a primeira definição científica e fisiológica da hipnose. É uma

terapia sugestiva, como a definia a Escola de Nancy: *é o fenômeno resultante de sugestão, é a ideia sugerida e aceita que tende a se fazer ato*, contrapondo-se à interpretação da Escola de Salpêtrière, que acreditava no magnetismo animal (fluidos) captado e reservado por corpos metálicos e que poderiam ser usados como instrumentos terapêuticos<sup>1,3,5</sup>.

Para que a hipnose produza os resultados desejados é indispensável que haja uma relação favorável entre o hipniatra e o paciente, na qual a capacidade e a respeitabilidade do primeiro possa contar com a colaboração, a receptividade e a entrega consciente do último. Isto só se consegue através de uma conversa franca e preliminar entre o hipnotizador e o indivíduo a ser hipnotizado (*rapport*), onde o médico esclareça detalhadamente todo o processo a ser desenvolvido, suas técnicas e resultados almejados.

Estudando a história da hipnose, concluímos que o uso da mesma quase sempre foi voltado para a cura de doenças e sintomas ou para o alívio de padecimentos do corpo e da alma. Dessa conclusão, fomos levados a admitir que a Hipnose constitua em mais uma ferramenta à disposição da Medicina para execução de seu objetivo fundamental.

Se é assim, cabe à Medicina, para incorporá-la ao seu arsenal terapêutico, estudá-la profunda e cientificamente; de modo a adquirir os conhecimentos indispensáveis a sua aplicação.

Surge assim, a necessidade de identificarmos correta e cientificamente o fenômeno hipnótico, como ele se processa e quais os efeitos por ele produzidos em nosso organismo. Ao médico cabe procurar no conhecimento mais aprofundado da Psicobiologia, da psicodinâmica, da Neurociência, da Neurofisiologia, da Psiconeuro-imunologia, além das relações mente-corpo e suas repercussões na saúde física e mental do indivíduo, para melhor conhecer como se processa a Hipnose, quando e como deve ser usada, além de procurar identificar as vantagens ou desvantagens do seu uso.<sup>3,8,16,18</sup>

É através desse conhecimento, que o hipniatra, o médico, se há de distinguir daqueles, que movidos por crenças, ou mesmo por intuição, usaram ou usam, práticas hipnóticas no trato de doenças ou sintomas, como ocorreu no passado.

Todo esse preâmbulo se justifica para deixar claro que se há dependência de relação mente-corpo, na produção e ou exacerbação de doenças e sintomas, a Hipnose é o procedimento (ou “ato médico”, como a denominou o CFM)<sup>9</sup> mais correto, mais adequado e mais perfeito, porque acessa a mente inconsciente em estado alterado de consciência, o que lhe permite manipular o fenômeno da sugestão para que a ideia sugerida seja aceita e produza seus resultados.

Agora que vamos iniciar a análise de suas indicações em cada especialidade, é bom lembrar que do hipniatra exige-se conhecimentos abalizados de clínica médica que lhe permita fazer diagnósticos precisos e diferenciados de modo a não realizar a cura de sintomas, em detrimento da doença que acomete o paciente. Além de uma anamnese detalhada e centrada na queixa do doente, um bom *rapport* deve preceder a indução.

Vejam agora como a Hipnose participa em cada especialidade, contribuindo para melhorar as condições do paciente, curá-lo ou tornar mais eficientes os métodos de seu tratamento e em alguns casos, contribuir para elucidar diagnósticos. Experimentada criteriosamente, a Hipnose vem sendo usada em quase todas as especialidades médicas com êxito, que nos encorajam a prosseguir desenvolvendo métodos e táticas, que tornam seu uso cada vez mais difundido e aceito.

Diante da sua relevância, a Hipnose foi reconhecida como “Ato Médico” pelo Parecer CFM nº 42 de 20/08/1999 do Conselho Federal de Medicina, o médico deve estar atento e apto para exercer a Hipniatria obedecendo ao que preceitua o Manual do Médico<sup>9</sup>, distribuído pelo CRM RJ que, na página 91 assim preceitua: *A hipnose é reconhecida como valiosa prática médica, subsidiária de diagnóstico e de tratamento, devendo ser exercida por profissionais devidamente qualificados e sob rigorosos critérios éticos. O termo genérico adotado por esse Conselho é de Hipniatria.*

### 3. Aplicações da hipnose na Medicina.

A Resolução nº 1.634/02 do CFM publica, como um anexo, a relação de especialidades médicas reconhecidas, em número de cinquenta (50) até aquela data. São elas por ordem alfabética:

Acupuntura	Alergia e Imunologia
Anestesiologia	Angiologia e Cirurgia Vascular
Cancerologia	Cardiologia
Cirurgia Cardiovascular	Cirurgia de Cabeça e Pescoço
Cirurgia Geral	Cirurgia do Aparelho Digestivo
Cirurgia Plástica	Cirurgia Torácica
Clínica Médica	Coloproctologia
Dermatologia	Endocrinologia
Gastroenterologia	Genética
Geriatrics	Ginecologia e Obstetrícia
Hematologia e Hemoterapia	Homeopatia
Infectologia	Mastologia
Medicina da Família e Comunidade	Medicina do Trabalho,
Medicina do Tráfego	Medicina Esportiva
Medicina Intensiva	Medicina Física e de Reabilitação
Medicina Legal	Medicina Nuclear
Medicina Preventiva e Social	Nefrologia
Neurocirurgia	Neurologia
Nutrologia	Oftalmologia
Ortopedia e Traumatologia	Otorrinolaringologia - Endoscopia Respiratória
Patologia	Patologia Clínica
Psiquiatria	Pediatria
Pneumologia	Radiologia e Diagnóstico por Imagem
Radioterapia	Reumatologia
Urologia (Andrologia e Sexologia)	

#### 3.1 Na Acupuntura.

A Hipnose tem uma relação muito próxima com a prática da acupuntura ajudando-a pelo relaxamento em sua ação terapêutica. Ela utiliza certos toques em áreas ou *zonas hipnógenas*, as quais se confundem com os *pontos de acupuntura*. Tais manobras usadas com frequência na indução hipnótica, através da letargia, tem sua indicação comprovada sempre que se pretende uma hipnose mais rápida, como ocorre em casos de urgência e em várias áreas da medicina.

Há pontos localizados em várias regiões do corpo frequentemente usados por letargistas, zonas hipnógenas, dentre as quais destacamos: a testa entre as sobrancelhas (*Inn Trang*), o alto do crânio, a nuca e região cervical da coluna, os ombros, cotovelo e punhos, mãos e dedos, pernas e coxas, tornozelos e pés, além das fossas ilíacas<sup>11</sup>.

Já se observa em muitos casos associação da Acupuntura com a Hipnose e com resultados bastante promissores<sup>15</sup>. Há aqueles (acupunturistas) que exercitam o uso da cromoterapia para orien-

tá-los na aplicação de agulhas ou mesmo na pressão digital ou dígitopressura. Nestes casos, a hipnose permite a visualização das cores pelo processo da mentalização.

Sabemos que as cores têm propriedades que contribuem para o melhor resultado nos tratamentos realizados. A seguir, relacionamos as cores mais frequentemente usadas e algumas das suas propriedades.

A cor amarela é excitante, lembra o fogo, o sol, tonifica e estimula o organismo. A vermelha enquanto acelera a respiração e circulação sanguínea, combate a melancolia e a depressão. A azul transmite calma, equilíbrio e lembra o mar e o céu. Ajuda no tratamento das dores de cabeça e da asma. A verde lembra vegetal e é calmante, relaxa, combate a estafa e previne as neuroses e cardiopatias. A cor laranja é estimulante o bastante para fazer reagir à indolência e ajuda nas depressões. A violeta é capaz de controlar as paixões desenfreadas. As cores neutras trazem o equilíbrio físico e mental e o preto deprime, apavora e intranquiliza.

Maior entrosamento entre a acupuntura e a hipnose será útil para ambas, e benéfico para os pacientes.

### **3.2. Na Anestesiologia.**

Na anestesiologia, a hipnose é um potencializado capaz de propiciar resultados fantásticos com doses reduzidas de anestésico, além de ser benéfica quando usada para tranquilizar os pacientes no pré-operatório, tornando-os calmos e confiantes quanto à anestesia e seguros com relação à cirurgia; também se usa a hipnose em substituição à anestesia medicamentosa. Citam-se aos milhares os casos de cirurgias sob efeito de hipnose, desde os tempos mais remotos<sup>14</sup>. Deixamos de referir aqui as experiências de aplicação da hipnose como anestesia, porque isto será feito quando descrevermos o uso da hipnose nas várias especialidades cirúrgicas e de acordo com as citações efetuadas ao longo do nosso trabalho.

Gostaríamos, no entanto de esclarecer que a hipnoanestesia já foi largamente utilizada desde épocas remotas, como veremos adiante, e que hoje foi substituída pela anestesia medicamentosa por várias razões, dentre as quais citamos a evolução tecnológica na produção de fármacos melhor tolerados, com menor toxicidade e, principalmente, porque grande número de médicos optou por especializar-se nesta área da medicina, oferecendo maior comodidade aos cirurgiões, já suficientemente preocupados com sua tarefa básica, executando técnicas e táticas cada vez mais aprimoradas e seguras para seus pacientes. Cabe referir, porém, que além de absolutamente isenta de riscos, a hipnose é significativamente mais barata, razão pela qual, segundo A. C. Mena<sup>10</sup> que realizou uma palestra na SOHIMERJ, ela é usada com bastante êxito e muita economia, rotineiramente, em grande número de cirurgias em Cuba.

Dependendo da habilidade e da preferência individual do hipnista, todas as técnicas podem ser usadas para tranquilizar o paciente, para potencializar a anestesia ou no curso de hipnoanestesias.

### **3.3. Na Alergia e Imunologia.**

Se é verdade que a alergia é uma maneira diferente de reagir do organismo, diante de substâncias das mais variadas (alergênicos), e na dependência de alterações das reações imunológicas, também é verdade comprovada que fatores psicogênicos são responsáveis, em certos casos, pela eclosão ou agravamento de crises de alergia, como por exemplo, nas manifestações de asma.

Por outro lado, são bastante conhecidas as relações de dependência dos processos imunológicos e o sistema neuroendócrino. As relações fisiológicas entre esses vários sistemas constituem hoje o campo da medicina conhecido como psiconeuroimunologia (PNI).

As doenças alérgicas são: asma, rinite alérgica, sinusopatia alérgica, alergia a alimentos, medicamentos, picadas de insetos, alergias dermatológicas (urticária), alergia vascular etc.

As imunodeficiências são responsáveis por infecções de repetição, infecções prolongadas com resposta insuficiente à terapêutica habitual e específica, apresentando em consequência complicações graves. São exemplos de imunodeficiências as pneumonias de repetição, abscesso recorrentes, herpes labial e perineal, candidíase etc.

A Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (AIDS/SIDA) destaca-se como a mais importante no quadro nosológico das doenças por deficiência da capacidade natural de defesa orgânica e figura entre as doenças sexualmente adquiridas (DST)

A Hipnose tem sido usada com resultados surpreendentes na fase aguda das crises de asma e urticária, enquanto aguarda-se a aplicação dos medicamentos específicos, sustando a evolução, que sem este recurso pode ser dramática.

Na AIDS, entre os suportes psicológicos mais usados está a hipnose produzindo ótimos resultados, que se refletem na socialização dos portadores, com melhor disposição para o trabalho e o lazer. Há constatação de que a hipnoterapia tem contribuído para o aumento da sobrevivência do aidético.

A técnica que melhor atende aos pacientes de asma e urticária nas fases agudas é a Autoscoopia, precedida de indução, através de toques e manobras de letargia.

### **3.4. Na Cardiologia.**

Na cardiologia e na cirurgia cardiovascular, para ilustrar a relação que existe entre o estresse e a cardiologia, vamos buscar no *Ato dos Apóstolos*, Novo Testamento, Capítulo 5, versículos 4 e 5, a descrição do que ocorreu a Ananias e Safira que tiveram morte instantânea, após ouvir as reprimendas de Pedro por ter escondido seu dinheiro, para não ter que contribuir como os demais crentes, para a campanha de propagação da doutrina de Cristo. As mortes de Ananias e Safira são consideradas hoje como a primeira descrição de *morte repentina por estresse agudo e intenso*, o que vem relacionar as doenças cardíacas com problemas psicossociais controlados pela mente.

Se a mente pode contribuir através do estresse, da personalidade hostil, do reduzido apoio social para desenvolver doenças cardíacas, também é verdade, que através da mente muito podemos fazer, no sentido de curar ou pelo menos melhorar o prognóstico das várias cardiopatias, quando associamos aos tratamentos convencionais as terapias mente-corpo, dentre as quais, destacamos a hipnose. A Hipnose tem indicação indubitável no pré-operatório das cirurgias cardiovasculares, promovendo a tranquilização e a confiança no resultado do tratamento, prevenindo complicações no pós-operatório e acima de tudo, conseguindo reduzir significativamente o tempo de recuperação desses pacientes.

Nos Estados Unidos da América, onde o número de mortes por doença cardíaca é muito elevado, vêm-se criando grupos de apoio social para assegurar a mais rápida reintegração no seio da sociedade e do trabalho, dos operados e já se observa que, nestes pacientes, a recidiva é menos frequente e a sobrevida cada vez maior.

Sabemos, porque é demonstrado na prática, que a hipnose produz redução do sangramento (hemostasia), em consequência da vasoconstrição, que ocorre durante o processo hipnótico. Por esse motivo, apenas, já podemos inferir a utilidade da hipnose, como procedimento complementar, nos tratamentos dessa especialidade.

Vários procedimentos cirúrgicos simples, como sutura de ferimentos, embolizações de varizes e até mesmo safenectomias, podem ser realizadas sob Hipnose, além de haver indicação em qualquer outra cirurgia. por medo, ansiedade e preocupações naturais que precedem o ato operatório, contribuindo para uma recuperação mais rápida e quase sempre indolor.

### **3.5. Na Cancerologia.**

Dentre os procedimentos psicoterápicos usados como subsidiários no tratamento do câncer, a hipnose tem lugar de destaque.

Em princípio, nada e nenhum tratamento alternativo deve ser usado em substituição aos tratamentos convencionais, os quais têm evoluído de maneira a proporcionar maior confiança, e redobrada esperança na luta pela cura, ou pelo menos, por maior sobrevivência em condições razoáveis de bem estar. É também verdade que o emprego da Hipnose, em qualquer estágio da doença tem contribuído para melhorar consideravelmente o estado do paciente, acelerando e consolidando suas melhoras e em muitos casos contribuindo para sua cura.

É farta a citação de casos prodigiosos de recuperação de doentes portadores de tumores malignos de todos os tipos, quando a eles se ministram técnicas as mais variadas. Esta é presente sob sua forma clássica e, sob este mesmo rótulo, disfarçada em meditações, práticas de *Yoga*, evocações religiosas traduzidas em preces convictas e fervorosas, onde predomina sempre a capacidade de acreditar que sua fé é capaz de se fazer “ato” e pela ação da sua mente pode interferir e modificar a evolução das manifestações fisiológicas do organismo doente.

Na cirurgia, na quimioterapia e na radioterapia, isoladamente ou simultaneamente, a Hipnose tem indicação segura, como tem sido observado através das avaliações feitas em grupos de apoio.

### **3.6. Na Cirurgia de Cabeça e Pescoço/ Cirurgia Crânio, Maxilo-Facial.**

Na cirurgia de cabeça e pescoço (cirurgia crânio-maxilo-facial), preferimos reunir em um tópico único estas especialidades, porque elas se confundem e se completam, constituindo-se até em área de atuação uma da outra, deixando de fora apenas a otorrinolaringologia, porque mais bem definida e já de há muito tempo consagrada.

Inclui-se naquelas especialidades a de doenças congênicas ou adquiridas que afetam ossos do crânio e da face, entre as quais se situam as anomalias craniofaciais (congênicas) e as lesões traumáticas da face, como fraturas e sequelas que exijam reconstituição, osteotomias e enxertos do maxilar e ou da face.

É fácil de compreender o mal estar, o desconforto e, até mesmo a ansiedade, que os defeitos da face despertam nos portadores de tais lesões; e, nestes casos, independente do tratamento cirúrgico, tais pacientes necessitam do apoio psicológico que a Hipnose lhes pode oferecer na fase preliminar de sua terapêutica corretiva e também na condução do pós-operatório.

Para terminar, diríamos que as intervenções de menor porte como enucleação de cistos salivares, correções de anormalidades dento-faciais de pequena monta se beneficiariam da hipnoanestesia e, também, da hemastasia e da redução da salivação, como ocorre nas extrações dentárias.

### **3.7. Na Cirurgia Pediátrica e Pediatria Geral.**

Na cirurgia pediátrica e pediatria, é bastante vasta a indicação da hipnose em crianças e adolescentes. Em qualquer fase da terapêutica, para a correção de defeitos e anomalias congênicas ou adquiridas, em qualquer segmento do corpo, a Hipnose proporciona melhoras significativas no comportamento, na aceitação e na expectativa de resultados satisfatórios, além dos benefícios já referidos anteriormente, no pré-operatórios e pós-operatórios de qualquer intervenção.

Na oncologia pediátrica, a Hipnose supera qualquer previsão e apresenta índices mais expressivos de melhora e de cura do que os observados com pacientes adultos.

Nos hábitos considerados perniciosos e atitudes viciosas observadas em muitas crianças, a psicoterapia hipnótica tem resultados positivos indiscutíveis. São hábitos e vícios que se não são corrigidos precocemente podem permanecer na idade adulta, comprometendo seriamente o desenvolvimento psicológico desses indivíduos. A seguir citamos alguns desses problemas, quase sempre de origem emocional: chupar dedos, roer unhas, posturas defeituosas, ranger dentes, enurese noturna, sono agitado, sonambulismo, medos variados, teimosia e desobediência contumaz, inapetência, tiques nervosos, mitomania, cleptomania, tricotilomania, gagueira etc. Em qualquer dessas doenças ou sintomas a Hipnose tem obtido bons resultados.

As técnicas que melhor se adaptam às crianças dependem da idade em que estas se encontram. Assim sendo, as crianças até 2 a 3 anos, para entrar em transe, são bastante influenciadas por estimulação sensorial, tátil, visual, auditiva etc. Daí em diante, as crianças passam a sofrer influência dos reflexos condicionados, inicialmente pouco estáveis o que já faz com que possam despertar inesperadamente<sup>13</sup>.

Muito importante para o sucesso da hipnose é despertar a simpatia delas e o interesse pelo processo, o que se consegue enveredando pelo seu mundo de fantasia, de seus brinquedos e diversões preferidas, através de um *rapport* que valorize seu amor próprio. Contar histórias e cantar canções apropriadas, embutindo nas mesmas, sugestões válidas, funcionam de modo a assegurar uma indução proveitosa. Outra maneira também eficiente é simular a hipnose em seu boneco de estimulação com a participação do pequeno paciente.

Com o avançar da idade as crianças vão se tornando susceptíveis às técnicas rotineiras, usadas nos pacientes adultos, inclusive ao uso das metáforas sugeridas por Milton Erickson.

Obtida a hipnose pelas técnicas usuais, cirurgias dentro várias especialidade podem ser realizadas, ou fazer uso de técnicas hipnoterapêuticas com finalidades específicas.

A indução do transe hipnótico na criança é facilmente obtida, desde que se use o vocabulário próprio da mesma, se invoque sua fértil imaginação e se adquira confiança através de uma boa conversa (*rapport*). É de suma importância que a criança acredite no seu poder, no poder da sua mente e se consegue pela ratificação do transe como nos casos da levitação da mão ou da catatonia do braço, quando seu braço fica tão duro que não consegue dobrá-lo de jeito algum. São tratados com êxito pela Hipnose a enurese, a gagueira, o bruxismo, a timidez, a dificuldade de aprender na escola, o desinteresse pelos esportes etc<sup>13</sup>.

As técnicas mais simples sempre adaptadas para cada criança têm dado bons resultados, produzindo em curto espaço de tempo o desenvolvimento da autoestima e a correção daqueles problemas.

### 3.8. Na Clínica Cirúrgica.

A relação da hipnose com as cirurgias é tão significativa, que podemos assegurar com convicção que, no passado, sem o uso daquela, a maioria destas não teria sido realizada.

A história nos revela que desde os tempos mais primitivos muitas intervenções cirúrgicas foram realizadas com os pacientes em “transe”.

As trepanações entre os egípcios, como as intervenções cirúrgicas de Abade Farias nas Índias portuguesas ou as praticadas por John Elliotson, presidente de Real Sociedade Médica Cirúrgica de Londres, nos hospitais criados por ele, ou sob sua influência nas cirurgias com anestesia mesmérica são o testemunho de suas aplicações. Do mesmo modo, a citação das 200 (duzentas) operações de Parker em um dos hospitais de Exeter, como as descritas por Esdaile, cerca de 3.000 efetuadas na Índia, comprovam nossa citação e se juntam às muitas cirurgias praticadas por anônimos cirurgiões militares em guerra que ocorreram em terras da África e da Ásia<sup>19</sup>.

Ainda hoje temos exemplos a citar do uso da hipnoterapia em cirurgia geral, como a revelação feita por Alberto Cobián Mena<sup>10</sup>, conferencista cubano em palestra na SOHIMERJ em 31/10/2002, de que por medida de economia, mas com resultados bastante significativos, em seu país usa-se a hipnose como alternativa frequente. Entre nós funcionou até recentemente um serviço de hipnose no Hospital Miguel Couto sob a direção do Dr. Fernando Rabelo<sup>15</sup>.

Sem dúvida, além das neuroses, com suas manifestações psicossomáticas as mais variadas<sup>7,20</sup>, é na cirurgia que mais se tem usado a hipnose, há mais tempo e com mais frequência. Os relatos históricos, alguns já anteriormente referidos atestam a veracidade de nossa assertiva.

Em clínica cirúrgica, outra indicação indiscutível é a dor, que, por sinal, acompanha a maior parte das doenças cirúrgicas. É aí que devemos atentar para a qualificação do hipnista, que deverá ser médico, com conhecimento profundo de clínica médica, para fazer diagnósticos precisos

e diferenciados, de modo a não realizar a cura do sintoma em detrimento do tratamento da doença que o acomete. Citam-se casos que devem servir de alerta aos menos experientes, como aquele, em que através da hipnose eliminava-se a dor de um paciente em crise de apendicite aguda, pon-do em risco a vida do mesmo. A dor é um sintoma que muitas vezes funciona como sinal de alerta e que, juntamente com outros sinais ou sintomas, caracteriza a doença. Esta é uma das razões, porque a classe médica, e principalmente os profissionais da área, insiste na regulamentação do ato médico que pressupõe um diagnóstico, o que é atribuição exclusiva desse profissional. Já demos um passo muito importante com a regulamentação feita pelos Conselhos Profissionais de Medicina, Odontologia e Psicologia, mas ainda há muito a fazer. Somos favoráveis à formação de hipniatras relacionados diretamente às especialidades médicas, mas não admitimos que se deixe de dar a este, o suporte indispensável de conhecimentos da psicobiologia<sup>16</sup>.

Uma característica específica da aplicação da Hipnose em cirurgias e mais propriamente na Anestesiologia é o imediatismo no uso de suas técnicas, já que não há tempo na maioria das vezes de preparar o paciente, daí a necessidade de sabermos escolher o método mais conveniente para obter o resultado almejado.

De um modo geral, qualquer técnica, desde que realizada com bastante conhecimento e da habitual preferência do operador, resulta eficiente. Contudo, nos casos em que a urgência exigir, somos favoráveis ao emprego da letargia para acelerar o transe<sup>12</sup>, quando então possa ser usada qualquer das técnicas.

### **3.9. Na Clínica Médica.**

Na Clínica Médica, a indicação primordial da hipnose é, sem dúvida, as doenças psicossomáticas que estão incluídas neste tópico. A cura se dá pelo acesso à mente inconsciente em estado alterado de consciência do paciente, o que permite ao hipnoterapeuta sugerir os procedimentos necessários ao seu restabelecimento<sup>20</sup>. Partindo dessa premissa e levando em conta que a saúde é fruto não somente da higidez física, senão também do funcionamento perfeito do seu sistema neuropsíquico, ou melhor, de seu equilíbrio cortiço-visceral, podemos concluir que através da hipnose podemos obter, em muitos casos, a correção de estados patológicos.

Por meio da indução hipnótica, nós alcançamos o sono hipnótico e este como o sono medicamentoso, interfere no restabelecimento do equilíbrio mente – corpo e assim podemos inferir que a atividade harmônica e homogênea do organismo, que é o estado de saúde, pode ser obtida pela hipnose.

Graças ao estudo de Pavlov sobre reflexo condicionado e com base nos conceitos atuais de fisiopatologia geral, sabemos que na etiopatogenia de qualquer disfunção orgânica há sempre a interferência dos processos corticais exercendo sua ação recuperadora pelo estímulo das suas condições de defesa ou compensação. Dessa forma, tanto pela ação recuperadora do sono (sonoterapia hipnótica) como pela interferência das sugestões pós-hipnóticas que acessam a mente inconsciente, conseguimos produzir a cura ou melhora significativa de várias enfermidades, corrigir sintomas ou pelo menos, potencializar a ação dos medicamentos utilizados.

Os métodos e técnicas, bem como os procedimentos utilizados por Milton Erickson são os recomendados para o tratamento das doenças catalogadas pela Clínica Médica.

### **3.10. Na Cirurgia do Aparelho Digestivo/ Gastrenterologia/Proctologia.**

Na cirurgia do aparelho digestivo/gastrenterologia/proctologia, além do que referimos no Ítem relativo à Cirurgia Geral temos a relatar as facilidades e benefícios que a hipnose proporciona quando interfere nos espasmos, na condução do peristaltismo e de um modo geral no relaxamento que se pode produzir em todo o trajeto do tubo digestivo. Foi por esse motivo que incluímos no mesmo tópico as três especialidades.

A ação da hipnose no controle dos reflexos do peritaltismo, na solução de espasmos e até mesmo em certas obstruções, facilitam ou até mesmo solucionam problemas, que sem este recurso resultariam em cirurgia com riscos, nem sempre contornáveis. Refiro-me a vômitos, cólicas espasmódicas (gastrológicas, cólicas nefríticas e biliares), além das obstruções por fecalomas, algumas vezes facilitadas pelo relaxamento do intestino grosso com extração dos mesmos por via baixa. A hipnose facilita a retirada de corpos estranhos no trato superior do aparelho digestivo. Também é fator positivo a redução do sangramento nas intervenções sobre varizes esofagianas e outras lesões vasculares que ocorrem no trato gastrintestinal.

### **3.11. Na Cirurgia Plástica.**

Na cirurgia plástica, além do que já falamos sobre cirurgia buco-maxilo facial, há que considerar as vantagens insuperáveis da hipnose no tratamento dos queimados. Nas queimaduras, o fator principal do sofrimento é a dor provocada pela lesão, direta das terminações nervosas da pele e tecidos subjacentes. A hipnose é o mais eficiente procedimento terapêutico para a dor da queimadura, que é constante, permanente, com períodos do agravamento produzidos por qualquer manipulação das lesões. O tratamento é feito por sessões diárias, além, se possível, do apoio psicoterápico durante os curativos. Os efeitos positivos da hipnose no tratamento das queimaduras vão até à relação do tempo de recuperação e reabilitação dos pacientes.

### **3.12. Na Dermatologia.**

A pele é a barreira protetora de todo o nosso organismo, é de onde emanam os sinais de alerta como dor, prurido, sensação de variações térmicas etc. A pele é o maior órgão sensorial do corpo humano com pouco menos de 2 m<sup>2</sup> de superfície e através dela somos chamados à atenção, para sérios problemas que devem ser tratados de imediato. A relação dos tratamentos dermatológicos com a psiconeuropatologia pode ser explicada de maneira singela pela evolução dos sintomas, desde sua percepção através dos receptores (nociceptivos), sob a forma de sinais eletroquímicos, que trafegam pela medula espinhal até o tronco cerebral e o tálamo para em seguida, pelos sinais nervosos se projetarem para o córtex. Em seguida os sinais que chegaram até aqui, prosseguem até a amígdala, onde o alarme é acionado, como se observa com relação à dor e aos outros sintomas, determinando a reação de combate ou fuga.

O que descrevemos acima tem por finalidade estabelecer a relação entre os sinais físicos das dermatoses, de um modo geral, com a psiconeuropatologia e assim justificar o emprego da hipnose nesses processos mórbidos. Em geral se beneficiam com a hipnoterapia quase todas as dermatoses, sendo, que naqueles casos, em que a origem das mesmas é psicogênica a hipnose tem resultados brilhantes.

Há casos como os de uma paciente do Dr. Áureo Guimarães de Macedo citado por Osmard Andrade (1958), portadora de eczema exudativa crônica que aumentava desde os 9 meses de idade até os 20 anos, quando foi submetida ao tratamento hipnótico e curou-se. Também nós temos a contar sobre uma paciente que compareceu ao consultório para consulta ginecológica, na qual constatamos a presença de um eczema que lhe surgia periodicamente, sempre nos cotovelos, braços, mãos e pernas, resistente a todas as tentativas de tratamento em cinco anos. Tratava-se de lesões que surgiam sempre que se desentendia com sua mãe. Caso resolvido pela hipnoterapia e sessões de autocópia.

A hipnose tem indicação tanto nas manifestações clínicas como nas cirurgias dermatológicas sob a forma de hipnoanestesia.

### **3.13. Na Endocrinologia.**

A endocrinologia é a especialidade médica que trata das glândulas de secreção interna e dos dis-

túrbios dos hormônios e abrange também as alterações metabólicas como obesidade, dislipidemia, hiperuricemia e hipertensão.

Os hormônios interferem no funcionamento de todo o organismo pela capacidade que têm todas as células de possuírem receptores para pelo menos um hormônio.

Além das alterações metabólicas já referidas acima, o endocrinologista trata com mais frequência de doenças resultantes de distúrbios das várias glândulas de secreção interna como:

- Doenças da hipófise: tumores que produzem ou não hormônios, acromegalia, prolactinoma, Doença de Cushing, insuficiências da hipófise, diabetes insípidas etc.
- Doenças da tireoide: hipo e hipertiroidismo, tireoidites, nódulos e câncer da tireoide.
- Doenças da paratireoide ou do metabolismo ósseo: hipo e hiperparatireoidismo, osteoporose e raquitismo.
- Doenças das supra renais: Insuficiência das supra renais ou doença de Addison, feocromocistoma, Síndrome de Cushing, Aldosteroma
- Distúrbios das gônadas e do desenvolvimento e funcionamento sexual: puberdade precoce ou tardia, hermafroditismo e pseudo-hermafroditismo, andropausa e menopausa, impotência sexual, ovários policísticos e infertilidade, distúrbios do crescimento, nanismo e gigantismo de várias etiologias.
- Distúrbios do pâncreas endócrino: diabete mellitus e tumores como insulinoma e glucagonoma etc.

Além dessas doenças, o endocrinologista atua no tratamento de doenças de outras especialidades, como na Metrologia, na psiquiatria (psiconeuroendocrinologia), na ginecologia, na cardiologia etc.

A correlação existente entre os hormônios (células mensageiras e sistema nervoso central) esclarece e justifica o uso da Hipnose como elemento coadjuvante no tratamento de várias doenças dessas especialidades, sendo as técnicas mais indicadas são as da Hipnose Clássica ou as da Hipnose Ericksoniana.

### **3.14. Na Endoscopia Digestiva.**

Na endoscopia digestiva a hipnose pode contribuir como elemento facilitador na realização das endoscopias digestivas, tranquilizando o paciente, corrigindo o peristaltismo, vencendo os espasmos e, também, nas hipnoanestésias, para facilitar a realização das laparoscopias diagnósticas.

### **3.15. Na Geriatria.**

A geriatria é a especialidade do século XXI. Devido aos avanços da Medicina na área da Higiene e da Saúde pública, alicerçados na evolução cultural e tecnológica que tivemos, os idosos. Cada vez mais, os idosos são muito mais numerosos, e cabe à geriatria e à gerontologia proporcionar-lhes um envelhecimento saudável com independência física, mental e social.

A medicina tem a responsabilidade de tratar, acompanhar e adaptar o idoso a uma vida mais longa, diagnosticando e tratando suas doenças com a peculiaridade decorrente da ação do tempo, e mais que isso, prevenindo-as através de medidas que os tornem mais resistentes e imunes à sua ação.

Os problemas de visão, audição e orientação, agravam as dificuldades da marcha, acompanhadas quase sempre de dores, vem de exigir do velho, um preparo psicológico. É aí que pode entrar a Hipnose, proporcionando-lhes o uso da mente inconsciente para restabelecer a autoconfiança, a autoestima, a energia mental, que transforma em realidade os pensamentos positivos produzidos por sua vontade interior. É o apoio psicológico que o ajudará a vencer as dificuldades naturais da idade avançada, tornando-o útil a si próprio e aos circunstantes.

A Hipnose também será usada do mesmo modo como a usamos em crianças, jovens e adultos

de todas as idades e naqueles casos já citados nas várias especialidades, como tratamento subsidiário ou de eleição, quando devidamente indicados.

Além das técnicas de Milton Erickson, os métodos tradicionais são aqueles que melhores resultados oferecem quando tratamos anciãos.

### **3.16. Na Ginecologia e Obstetrícia.**

A Gineco-Obstetrícia é a especialidade que trata da mulher; dos distúrbios e alterações funcionais do aparelho reprodutor feminino e repercussões psicossociais que ocorrem nas várias fases de sua vida, da infância até o climatério e as repercussões na terceira idade.

Na infância e puberdade já ocorrem distúrbios emocionais às vezes relacionados com o sexo, como os medos, a ansiedade, a enurese que podem ser tratados pela Hipnose.

Na adolescência, a partir da menarca, surgem vários problemas, como distúrbios menstruais, leucorreias neurogênicas, pruridos vulvares, além da insegurança resultante das mudanças na imagem do próprio corpo como, por exemplo, o desenvolvimento das mamas. Tais alterações podem ser acompanhadas e melhor conduzidas pela Hipnose.

Na fase do amadurecimento sexual em que a mulher consegue um equilíbrio hormonal relativo, que poderia lhe proporcionar mais tranquilidade, despontam as perturbações psicológicas resultantes da sua formação profissional, ou de problemas no trabalho, na vida conjugal, na gravidez, seus filhos, ou na administração do lar. No trato de tais alterações há indicação da psicoterapia hipnótica<sup>13</sup>.

Finalmente, no climatério e na idade avançada, a mulher sofre com as preocupações que a acompanham a partir da última menstruação e das mudanças decorrentes da redução progressiva dos hormônios sexuais (estrogênio) e das alterações psicológicas que tendem a comprometer o seu humor e sua tranquilidade. Nesta fase são frequentemente observados os seguintes sintomas descritos a seguir.

- Ondas de calor resultantes da desregulação do centro da temperatura do corpo que se localiza nas células do Hipotálamo, onde existem receptores especiais de estrogênio.
- Transpiração profunda, mais acentuada durante a noite (suores noturnos) produzindo alterações no padrão de comportamento que se refletem na maneira de vestir e nos hábitos de dormir.
- Ruborização da face e do colo provenientes da vasodilatação por alterações do sistema vegetativo.
- Sangramentos vaginais eventuais que preocupam e confundem.
- Aumento de peso corporal determinado pela redução do metabolismo que consome menos energia e faz sobrar nutrientes para serem absorvidos.
- Insônia como resultado da associação de distúrbios físicos (palpitações cardíacas, ondas de calor e suores) e fatores emocionais (inquietação, preocupação, e humor depressivo).
- Cansaço, irritabilidade, desmotivação, tonturas e vertigens, enxaquecas e dores de cabeça permanentes, além de distúrbios urinários, alterações da pele, queda dos cabelos e problemas sexuais, podem ocorrer no decurso dessa fase.

Se atentarmos para o componente psicológico que acompanha cada um dos sintomas citados, concluiremos sem grande esforço, que a hipnose pode ajudar em muito na melhora e até mesmo na cura destes.

Sabemos do papel decisivo que desempenha o eixo hipotálamo-hipofisário em relação ao desenvolvimento, amadurecimento e à fisiologia do aparelho genital feminino, o que se comprova, por exemplo, com o funcionamento neuroendócrino do ciclo menstrual. Se a isso juntarmos o conhecimento que temos hoje de que os hormônios desempenham o importante papel de moléculas mensageiras, transportando informações de uma parte do corpo para outra e que muitas dessas

moléculas remodelam tanto os processos biológicos do metabolismo e do crescimento, como processos psicológicos, torna-se evidente que na abordagem de qualquer patologia ginecológica, devemos pesquisar e tratar todos os componentes psicossomáticos, na certeza de que encontraremos, quase sempre, fatores psicológicos determinantes<sup>16</sup>.

Com base nos argumentos expostos, sugerimos que a hipnose seja indicada tanto como tratamento auxiliar, de suporte, em várias ocasiões, como também na terapêutica principal, nos casos em que por si só produza a cura ou eliminação de determinados sintomas.

Para não sermos repetitivos, deixamos de abordar as vantagens do uso da hipnoanestesia já referida em itens anteriores, relativo a outras especialidades cirúrgicas.

Quanto ao emprego da hipnose na obstetrícia, teremos que retroceder no tempo para buscar referências, as mais remotas, de seu uso e vantagens.

Sem alarde, mas com fé e alta dose de confiança, quase sempre sozinhas, numa demonstração primitiva de auto-hipnose, ou assistidas por sacerdotes e assemelhados, as mulheres cumpriram a sua função na reprodução da espécie. Há referências de uso da hipnose no Parto, pelos Assírios, Egípcios, Gregos, Chineses e Indianos, bem como entre os Persas, Medas e outros<sup>12</sup>.

Já em nossos tempos, inúmeras citações podem ser feitas, dentre as quais destacamos, pelo sucesso obtido, as realizadas no século XIX.

Gerling (1843), Lafontaine (1860) Liebolt (1880), Dabroviskaia, Becherew, Tokarski e Danilevski (Rússia, 1880), Pritz (1885, Áustria), Mesnet, Auvard, Varnier Secheyron (1887), Menant de Chesnais, Luys e Fanton (1890), Dumontpallier, Kingsbury, Wetterstrand, Scherenk – Notzing (1891) e, finalmente, P. Joire (1999) aquele que após centenas de experiências com êxito, pregava o uso sistemático da hipnose sob o argumento de que esta abreviava o trabalho de parto pelo incremento das contrações tornadas livres da retenção defensiva por parte da mãe. É dele a afirmativa de que *a dor não é necessária e não apresenta qualquer utilidade para a função fisiológica do parto*<sup>1</sup>.

No século XX, muitos outros, em várias partes do mundo e entre nós, usavam a hipnose sob a forma clássica, no modelo de Milton Erickson, a letargia ou até mesmo a Acupuntura, ou as práticas hipnóticas da Yoga, como acontece, de há muito e até hoje no Oriente<sup>4</sup>.

Vários métodos foram usados sob denominações variadas, os quais sempre traziam embutidos procedimentos da hipnose. Citamos, pelo sucesso que obtiveram Shultz, Heberer e Kogers de Viena, Rhonho de Heilderberg, Velvoviski do método psicoprofilático, Zdravamislov que partindo da experiência de Palov, instituiu o método hipno-sugestivo e Granthy Dick Read do parto sem medo. No Brasil, além de Grelle e Cavalheiro, que usaram experimentalmente a hipnose no parto, citamos obstetras do corpo de saúde da marinha que realizaram com êxito, grande número de partos sob hipnoanalgesia com a assistência especializada de Osmard Andrade Faria<sup>3</sup>.

A indicação primordial da hipnose em obstetrícia está no controle da dor. A dor do parto longe de ser uma invenção, de ser irreal ou imaginário é uma realidade e tem sua origem na influência da ideia sugerida através dos tempos, de que a maternidade deveria ser precedida de dor e ou acompanhada de sofrimento. A preocupação e o medo daquelas que se sabiam grávidas repercutia de tal modo que estabelecia a trilogia sequencial *Medo-Tensão-Dor*.

Segundo Balmer, o princípio fundamental de qualquer dor é o conhecimento da sua causa e, neste caso, o medo gera tensão, principalmente muscular, que comprime terminações nervosas (nociceptivos), que a transmitem sob forma de estímulo sensorial, através da medula espinhal até o tálamo. Aí, os estímulos recebidos têm sua natureza e intensidade interpretados e transmitidos para o córtex cerebral a fim de serem avaliados e qualificados, de modo a determinar que seja iniciada, sob forma de atividade motora, a resposta ao reclamo do tálamo.<sup>16</sup>

A natureza da reação cortical está na razão direta da magnitude da mensagem dos centros talâmicos. Ocorre que o tálamo, além de estímulos sensoriais provenientes da contração uterina também recebe e interpreta reações emocionais<sup>16</sup>.

Se as coisas não ocorrem como deveriam, pode acontecer a dor, tanto por uma distócia, como em consequência do medo que, como já vimos, pode produzir um estímulo psicológico que é captado pelo tálamo em conjunção com o córtex e expresso sob forma de contração muscular dolorosa. No caso o medo, é a emoção protetora essencial que produz a mais forte e eficiente de todas as reações motoras, difundindo através de todo o mecanismo receptor, o senso inato de autoproteção que amplifica ou deforma a interpretação dos fatos ou fantasias que a determinaram.

Nestas condições, o córtex em estado de emergência prepara-se para o *ataque ou defesa*. Estamos diante de um fenômeno que se enquadra perfeitamente na medicina psicossomática, porque resulta de um estado psicológico e corresponde com a afirmação do Neurologista Henry Head de que *o estado mental do paciente tem uma influência notoriamente profunda sobre as dores originadas nas vísceras pélvicas*. A dor neste caso é a interpretação do estímulo e é sentida de acordo com a intensidade das influências emocionais, donde conclui-se que varia de paciente para paciente, de acordo com suas interpretações.<sup>20</sup>

Uma lei aceita por todos os fisiologistas explica que “qualquer estímulo de magnitude determinada, aplicada a qualquer receptor sensorial específico produz uma reação motora coincidente com a intensidade de suas interpretações”. Isso quer dizer que a qualidade e a intensidade da reação depende da interpretação de cada pessoa, donde conclui-se que um estímulo qualquer, uma sensação de contração um pouco mais acentuada, tanto pode ser interpretada como pequeno desconforto por uma paciente, como pode ser entendida como dor por outra, dependendo naturalmente do conhecimento, da preparação e do convencimento de cada um.<sup>16</sup>

Não podemos esquecer que o parto é fisiológico, é função normal e primordial da mulher, que nenhum ato fisiológico é capaz de produzir dor em indivíduos sadios, que o órgão adapta-se à função, de modo a desempenhá-la satisfatoriamente; finalmente, que o medo produz no interior do útero uma tensão excessiva que causa dor por vários motivos: pela redução da circulação sanguínea na musculatura do útero; pela contração prolongada e quase permanente do mesmo; pela falta de entrosamento na contractilidade das várias camadas que o envolvem e principalmente pela estafa decorrente do prolongado e descontrolado trabalho de parto.<sup>16</sup>

Como vimos, a dor do parto existe, porém é possível de ser controlada pela hipnose já na sua fase hipnoidal, mas com resultados melhores e mais expressivos se a aprofundarmos até a inibição do córtex, quando então assumiremos o comando das contrações com a redução significativa do tempo de duração da dilatação do colo uterino e principalmente, do período expulsivo, do qual resulta o nascimento do feto.

A preparação da mulher para o parto sem dor faz-se ministrando-lhe os conhecimentos indispensáveis de anatomia e fisiologia, relacionadas com a gestação e o parto, para que possa reconhecer as causas da dor e controlá-la com eficiência.

No decorrer do pré-natal a mulher grávida será treinada nas várias técnicas de hipnose de maneira a familiarizá-la com as mesmas até que possa ser impregnada dos fundamentos necessários a adoção dos princípios da auto-hipnose, que será usada pela mesma, enquanto aguardar a chegada do hipniatra ou até mesmo, quando tenha que prescindir de sua participação.

Nos casos em que só tomamos contato com a paciente nas salas de parto, em pleno trabalho de parto, podemos lançar mão de qualquer técnica de indução, preferencialmente daquelas que conduzem rapidamente ao estado hipnoidal e com certeza obteremos bons resultados.

Nós, particularmente, temos preferência pela letargia, através da qual, usamos seus “toques” clássicos, obtendo sempre os melhores resultados.

### **3.17. Na Medicina Física e de Reabilitação.**

Nesta Especialidade, o fisiatra é o médico que mais necessita da colaboração de outros especialistas, porque se dedica à recuperação de pacientes portadores de distúrbios de aparelho locomotor (músculos, ossos e articulações), do sistema nervoso central (cérebro e demais estruturas

localizadas no crânio e coluna vertebral) e do sistema nervoso periférico (fibras nervosas que fazem a conexão entre este, o SNC e os músculos). Seus pacientes têm pressa em ficar bom e retornar às suas atividades, sociais e profissionais. É também da sua alçada a recuperação cardíaca e pulmonar.

Através da Neurofisiologia Clínica a participação do fisiatra na equipe multidisciplinar é de tal magnitude que a ele cabe quase sempre organizar e dirigir o grupo.

Destacam-se entre as alterações que mais se beneficiam dos cuidados da Fisioterapia, as articulações com artrites e artroses os desvios posturais da coluna vertebral (escoliose, lordose, cifose). Os traumatismos em que há dor, edema, vermelhidão e calor local indicam alterações que merecem sua atenção.

No sistema nervoso central, encontramos as paralisias decorrentes de hemorragias, ou isquemias, as meningites provenientes de infecções estruturais cerebrais ou mesmo as paralisias cerebrais, que decorrem de doenças congênitas ou adquiridas durante ou após o parto.

Na equipe multidisciplinar que trata de recuperação dos pacientes do fisiatra, sempre haverá lugar para o Hipnatrias, para tranquilizá-lo, para reerguer o seu amor próprio, para estimulá-lo, para restabelecer sua autoconfiança, para sedar sua dor ou para compor os grupos de apoio social.

### **3.18. Na Nutrologia.**

Na Nutrologia podemos, para conscientização de alguns doentes, usar a Hipnose como elemento subsidiário na adoção de regimes dietéticos de paladar nem sempre agradável, mas necessários à sua recuperação. Tem sido usada a Hipnose com muito sucesso na anorexia nervosa e na bulimia, como terapêutica essencial ou complementar<sup>19</sup>.

### **3.19. Na Oftalmologia.**

A oftalmologia cuida da avaliação e preservação da visão. Os olhos, apesar de pequenos, se comparados com o tamanho do corpo e de outros órgãos que o compõem, se constituem de várias partes ou segmentos responsáveis pela integridade da sua função. A conjuntiva, a córnea, a câmara anterior, o cristalino, o corpo vítreo, a esclerótica, o bulbo ocular, a íris, os músculos, a órbita, as pálpebras, a retina e vias lacrimais, se constituem em partes de um todo, responsáveis individualmente ou no conjunto por um dos sentidos mais importantes de nosso organismo. Os olhos são responsáveis pelo conhecimento e pela identificação de todas as coisas que nos cercam, além de ser a janela através da qual expressamos a alegria ou a tristeza, a bondade ou a ansiedade, o medo, e a agonia. Aos oftalmologistas cabe preservar e tratar da saúde dos nossos olhos, melhorando, curando ou corrigindo a nossa visão, dos procedimentos médico-cirúrgicos dirigidos a cada um dos segmentos referidos ao seu conjunto, deles exige-se competência, dedicação e habilidade.

A Hipnose tem sido usada com bons resultados na anestesia, no pré-operatório e não raros no pós-operatório de certas intervenções. Citam-se nas cirurgias de cataratas, nos atos operatórios de menor porte, sobre os vários segmentos do órgão e até mesmo nos processos de readaptação psicológica dos que perderam o globo ocular ou tiveram que se adaptar à prótese. A primeira cirurgia de catarata referida na literatura pertinente foi realizada por Moll e Hang em 1890 na Alemanha.<sup>14,19</sup> Todos os métodos de Hipnose podem ser usados.

### **3.20. Na Ortopedia e Traumatologia.**

Tem ampla indicação nas doenças do sistema músculo esquelético, principalmente nas contusões, distensões, artroses, luxação e redução de algumas fraturas, nas quais se consegue além de controlar as dores, proceder à correção e redução dos processos. A Hipnose também pode ser usada como anestésico para realização dos procedimentos cirúrgicos, como pré-anestésico e, tam-

bém, nas relações pós-operatórias.<sup>19</sup> Já nos referimos a outras indicações quando falamos das afecções tratadas pela Medicina do Trabalho, Medicina Esportiva, Medicina do Tráfego e Medicina da Reabilitação.

Qualquer dos procedimentos hipnóticos pode ser aplicado na ortopedia e traumatologia dependendo naturalmente da habilitação e preferência do profissional que o vai utilizar.

### **3.21. Na Otorrinolaringologia.**

A Hipnose tem algumas indicações vantajosas na otorrinolaringologia e são controles dos espasmos através do relaxamento, que facilita a manipulação dessas regiões, a hemostasia e a ci-alostesia, que evitam o sangramento e a abundância de saliva no campo operatório, além de ser procedimento anestésico dos mais seguros para diversas cirurgias da especialidade.

Muitas são as citações de intervenções cirúrgicas sobre ouvidos, nariz e garganta sob hipno-anestesia, que estão devidamente registrados no hospital da AMSA, Assistência Médico-Social da Armada aqui no Rio de Janeiro.

Osmard Andrade Faria<sup>3</sup>, em seu livro *Manual de Hipnose Médica e Odontológica*, cita várias intervenções cirúrgicas da especialidade, principalmente amidalectomias realizadas a partir de 1880 por Hewatson Bramvelle, Bartho (1890, laringectomia). Entre nós, além das próprias ele cita as de Chaves e David e Castro Monteiro a partir de 1956. Esse profissional, que utilizava muitas vezes a eletrocoagulação nas técnicas empregadas, costumava sugerir ao seu paciente que sentisse um odor de qualquer fruta, como por exemplo, abacaxi, em lugar do cheiro desagradável de carne queimada, que se observa durante aquela prática.

Hipnosedação é usada e controla as reações desagradáveis do espasmo frequente quando da realização das endoscopias respiratórias. As técnicas hipnóticas empregadas foram às clássicas, em sessões que se realizavam desde dois dias antes da cirurgia como preparatórias e, também, a hipnoanestesia praticada já na sala cirúrgica.

### **3.22. Na Pneumologia.**

A Hipnose tem sua indicação em várias das patologias que compõem esta especialidade. Na asma brônquica, nos enfisemas nas dispneias, que acompanham muitos dos seus quadros. Ajuda na correção da apneia do sono e a Hipnosedação e Hipnoanestesia podem ser usadas nas punções de líquido pleural e transparietais dos nódulos pulmonares.

A hipnose oferece ajuda significativa na orientação das pessoas que desejam parar de fumar. O Dr. Antonio Montera e Dra Lais Helena da Rocha tinham um grupo de trabalho para tratamento complementar de fumantes por hipnoterapia, no hospital Pró-cardíaco.

Nesses casos, qualquer técnica, desde que bem conduzida, leva a resultados satisfatórios.

### **3.23. Na Psiquiatria.**

O CFM pela Resolução nº 42 estabeleceu que a Hipnose, sob a denominação de Hipniatria se constitui em Ato Médico a colocou na Psiquiatria, dentro da Área de atuação de psicoterapia. Esta é a área específica do saber que utiliza as técnicas de chegar ao inconsciente e resignificar modelos e programas que eliciam comportamentos indesejados ou pensamentos disfuncionais.

A Psicoterapia tem como métodos principais de atuação, os seguintes: (a) sugestão no Campo de atuação da Hipniatria; (b) persuasão no Campo de atuação da Cognitiva; (c) análise no Campo de atuação da Psicanálise; (d) educação e ocupação na Praxioterapia.

Como a Hipniatria trabalha com o significado da palavra levada ao inconsciente através da sugestão, ela pode ser usada como coadjuvante de grande valor nos tratamentos de doenças e sintomas das várias especialidades médicas, além da Psiquiatria. Nesta, somente deve ser usada por

profissional habilitado, com especialização nesta área de atuação, principalmente pela possibilidade de surtos agudos de algumas formas graves de doenças psiquiátricas.

Procedimentos clássicos e Ericksonianos são os mais indicados para a Hipnose na Psiquiatria.

### **3.24. Na Reumatologia.**

Sendo a Reumatologia uma especialidade que trata do diagnóstico e tratamento de várias doenças (cerca de 100), que tem como sintoma principal a dor, nada mais correto de que indicar a Hipnose como terapêutica de eleição.

Há, no entanto, que se ter muito cuidado para não tratar desse sintoma em detrimento do diagnóstico diferencial correto de modo a submeter o doente ao tratamento específico, que lhe proporcionará a cura ou pelo menos uma considerável melhora, com o controle efetivo da sua evolução.

As formas mais conhecidas de doenças reumáticas são: artrose, osteoporose, febre reumática, gota, bursites, tendinites, fibromiologia, lesões de esforço repetitivo, doenças de coluna cervical, espondilites, além das chamadas doenças autoimunes, como lúpus eritematoso sistêmico, esclerodermia, artrite hematológica, dermatite e polimiosites, etc.

A indicação mais apropriada da Hipnose nessas doenças é como tratamento sintomático da dor. Todos os métodos estão indicados, desde que bem conduzidos pelo Hipniatra.

### **3.25. Na Urologia.**

Além das indicações comuns a todas as especialidades cirúrgicas, como é na Urologia, há casos de pequenas intervenções como, por exemplo, as dilatações da uretra anterior, ou na realização de alguns exames como uretoscopia que a recomendaríamos.

É, no entanto nas dores determinadas pelo processo inflamatório ou infecciosos do aparelho urinário e, principalmente, nos casos de deslocamento de cálculos, nas obstruções por estes provocadas, que obtemos os melhores resultados da Hipnoterapia. Além do efeito analgésico obtemos, pela sedação que produz, o relaxamento dos condutos e potencialização dos efeitos produzidos pelos antiespasmódicos administrados. Como na maioria das especialidades a Hipnose pode ser ministrada sob qualquer método desde que bem indicada e bem conduzida.

## **4. Teorias.**

Concluída a breve avaliação do uso da Hipnose nas várias especialidades médicas, vamos descrever algumas das técnicas ou métodos mais usados e, por isto, considerados clássicos. Para que sejam melhor entendidas e melhor justificadas, as enquadraremos nas teorias e leis elaboradas por estudiosos do assunto e relacionadas por David Akstein<sup>1,2</sup>.

### **Patológica.**

A hipnose é um estado patológico dependente da histeria (Charcot).

### **Psicológicas.**

- Teoria Psicanalítica: a hipnose é uma ressuscitação da erótica infantil (Sandro Ferenczi).
- Teoria da Sugestibilidade: o ato pelo qual uma ideia é introduzida em um cérebro e por ele aceita (Berheim); o essencial na hipnose é a sugestibilidade. Não há sugestão, somente auto-sugestão.
- Teoria da dissociação (dupla consciência): um dissociado estado da mente caracterizado por uma seletiva ativação do SRA; o transe é um estado de dissociação controlado (Levendula).
- Teoria da exclusão psíquica (Rhodes): a mente é dividida em objetiva (indução e dedução) e subjetiva (dedutiva).
- Teoria do comportamento dirigido (White 1941): o sujeito comporta-se conforme julga que um hipnotizado se comportaria.

- Teoria do desempenho de papel (Sarbin).
- Teoria psicossomática (Wobler): a hipnose é um estado psicossomático induzido.
- Teoria da regressão atávica (Mears 1961): uma volta à atividade de remotos ancestrais porque está excluído o juízo crítico
- Teoria ideomotora (Berheim): toda ideia sugerida tende a se fazer ato; a ideia sugerida ao hipnotizado ao ser percebida, compreendida e aceita, excita; a função cerebral correspondente para produzir uma sensação e determinar um pulso; não há pensamento sem expressão.

#### **Fisiológicas.**

- Teoria da isquemia e da hiperemia cerebral
- Teoria da inibição e da dinamogenia (excitação): Heidenhain sustenta que a excitação fraca e contínua dos nervos sensoriais acústicos ou ópticos determina uma suspensão das atividades do córtex cerebral.
- Teoria vasomotora (Volgyesi): os territórios mais importantes do córtex cerebral ficam, na hipnose, desconectados sem parte ou totalmente, devido à falta de suprimento normal do sangue.
- Teoria da resposta condicionada (Hilger): formando-se associações entre palavras e sensações, a palavra do mesmo modo que um estímulo condicionado, pode provocar a reação evocada pelo seu conteúdo semântico. Para Pavlov a sugestão é um tipo de reflexo condicionado.
- Teoria do Sono (Puysegur): a principal característica do estado hipnótico, a zona de transferência, não existe no sono normal. Pode existir o ponto de guarda que é estimulado pela formação reticular.

#### **Leis da sugestão ou leis que se aplicam à hipnose.**

- ✓ Lei do idiodinamismo - por James Braid: a ideoplastia é a realização fisiológica de uma ideia.
- ✓ Lei das relações recíprocas - por Grasset: há dependência fisiológica entre o movimento e a ideia.
- ✓ Lei do efeito invertido - por Coué: quando uma ideia se apodera do espírito a ponto de despertar uma sugestão, todos os esforços feitos conscientemente pelo paciente para resistir a essa sugestão só servem para ativá-la.
- ✓ Lei do efeito dominante - por Pierce: prevalece a sugestão que tiver conteúdo emocional positivo... Você tem agora prazer de lutar e vencer o hábito de beber (em vez de: você terá náuseas e vômitos ao beber).
- ✓ Lei da predominância da afirmação - por Hubi Campos: “lei do menor esforço”: as sugestões devem ser simples e pouco numerosas.
- ✓ Lei da expectativa.
- ✓ Lei da renascença ética - Hubi Campos: O paciente comumente não cumpre sugestões que atentem contra suas convicções morais.
- ✓ Lei da atenção concentrada - por Baudouin: quando a atenção espontânea se concentra em uma ideia, esta tende a se realizar por si mesma (poder ideoreflexo).
- ✓ Lei da compreensão: a sugestão que apela para o raciocínio prepondera sobre a sugestão direta e anuladora de sintoma.

## **5. Métodos e Técnicas de Hipnose.**

Finalmente vamos descrever sucintamente métodos e técnicas mais usadas no tratamento das muitas patologias, que ocorrem nas especialidades médicas, anteriormente descritas.

A hipnose tem por finalidade curar, melhorar ou pelo menos contribuir para isso, potencializando a ação dos procedimentos terapêuticos disponíveis para tratar doenças e sintomas que acometem o homem na atualidade.

O hipnista, conforme estabelece o C.F.M., é o médico que foi buscar em uma área específica do saber, a Psicoterapia, a maneira de atingir o inconsciente, onde está localizada a função automática e executiva do ser humano, para através da sugestão, ressignificar modelos e programas que eliciam comportamentos ou pensamentos não desejáveis ou disfuncionais<sup>13,18</sup>.

O sucesso da Hipnose depende de um diagnóstico correto, seguida de uma indicação terapêutica apropriada e ministrada através de um método adequado por profissional habilitado.

Assim sendo, descreveremos em detalhes o Método do Pestanejamento Comandado, porque o consideramos mais didático, fisiológico e mais eficiente, embora mais demorado e cansativo. Em seguida faremos referências a outros métodos, dos mais usados e, também, as técnicas habitualmente empregadas.

### 5.1. Método do Pestanejamento Comandado

Iniciaremos pela abordagem do Método do Pestanejamento Comandado, que é o mais fisiológico de todos os procedimentos usados para desde o hipnoidal até o sonambúlico profundo.

Este método mereceu a atenção especial de David Akstein<sup>1,2</sup>, que também o denominou de método usual, por ser o mais usado e considerado o mais perfeito, embora lento.

Torres Norry regulamentou o método que foi simplificado por Akstein<sup>1,2</sup>. O Quadro 1 sintetiza o método.

Quadro 1. Método apresentado pelo Dr. David Akstein<sup>1,2</sup>

Graus	Passos
Hipnoidal	1. Peso nas pálpebras; visão turva. 2. Relaxamento geral: Sonolência
Primeiro ou Leve	3. Fechamento dos olhos 4. Catalepsia das pálpebras 5. Catalepsia braquial 6. Catalepsia geral 7. Relaxamento profundo e inibição dos movimentos voluntários 8. Movimentos automáticos
Segundo ou Médio	9. Indução do sono 10. Alteração da sensibilidade superficial: anestesia e hiperestesia 11. Sugestão pós-hipnótica simples: SINAL HIPNOGÊNICO 12. Amnésia leve
Terceiro ou Profundo	13. Conversar sem despertar 14. Abrir os olhos sem despertar 15. Representação alucinatória visual
Terceiro ou Profundo sonambúlico	16. Fenômeno alucinatório visual 17. Sugestão pós-hipnótica complicada 18. Amnésia absoluta

Apesar da síntese apresentada neste quadro, este é o método que mais exige do hipnista paciência e determinação, além de conhecimento e confiança em si mesmo.

Um *rappont* bem conduzido que obtenha o respeito, a confiança e a consideração do paciente, o fará seguir as sugestões do operador. Cada passo deste método deverá ser executado com bastante atenção para que se obtenha o resultado desejado.

### 5.2. Método do Levantamento da Mão.

Deve-se este Método a Erickson, que a partir do resultado que obteve sobre a escrita automática, terminou por concluir que o importante no processo nada tinha a ver com o lápis e o papel e

sim, com a atividade ideomotora, a qual é básica na produção do fenômeno. Foi assim que conduziu a um transe sonambúlico sua irmã Bertha, o que o levou a concluir que o mesmo era obtido em consequência da diminuição gradual da atividade consciente, pela limitação das impressões sensoriais. Esta limitação é produzida pela concentração da atenção em um objeto ou uma ideia, reforçada pela repetição ritmada, monótona e persistente das sugestões.<sup>4,18</sup>

### **Etapas da indução.**

Primeiro período: olhar fixo, separação dos dedos.

Segundo período: elevação da mão, Palma gira, Braço dobra, relaxamento, Catalepsia flácida das pálpebras, Mão na testa.

Terceiro período: descida da mão, Catalepsia rígida das pálpebras (desafio, apagamento e recomendação).

Relaxamento profundo e inibição dos movimentos voluntários, movimentos automáticos.

### **5.3. Método do Abaixamento da Mão.**

Este método foi desenvolvido com base no Método do Levantamento da mão e segue os mesmos procedimentos substituindo apenas o levantar pelo abaixar da mão. Foi uma adaptação daquele, para ser usado em pacientes hospitalizados com indicação de permanecerem deitados. A este, solicitamos baixar a mão ao invés de levantá-la, para evitar o cansaço e o desconforto que aquele gesto lhe provocaria.

Este método foi idealizado pelo Dr David Akstein<sup>2</sup>, para ser usado em pacientes portadores de patologia que, apesar da exigência de mantê-lo deitados, se beneficiariam com a adoção do método do Levantamento da Mão. Por isso a adaptação.

### **5.4. Método do Relaxamento Progressivo**

O Método do relaxamento progressivo foi elaborado por Jacobson com a finalidade de obter progressivamente o estado de relaxamento. Neste método, há a contração e o relaxamento musculares, os quais baseiam-se na concentração ativa, pois o estado da musculatura está intimamente ligado ao estado psíquico.

O contrário também pode ocorrer, isto é, os músculos podem influenciar a mente, assim como os gestos ou mímicas podem induzir sentimentos correspondente aos mesmos. Este tipo de relaxamento se deu por conta dos seus experimentos psicofisiológicos sobre a reação motora ao susto, determinando posteriormente, que o uso sistemático do relaxamento muscular visa principalmente à eliminação da tensão residual. No método do relaxamento progressivo, o paciente treina o relaxamento “total” durante cada sessão. Sob nosso controle, após certo número de sessões, já com certo treino, ele passará a executar o auto-relaxamento em sua casa, no momento que preceder ao sono fisiológico noturno, adquirindo assim boa capacidade de auto relaxamento e, por fim, a auto-hipnose.

### **5.5. Método do Relaxamento Autógeno.**

Este método foi proposto por Schultz, depois de estudar por vários anos Treinamento Autógeno, Relaxamento, Psicoterapia, Hipnose Clínica, Meditação e Yoga. É um método caracterizado por um processo de auto-aprendizagem, onde o paciente é levado a desenvolver toda a sua capacidade de reabilitação pelo autoconhecimento, praticando suas técnicas diariamente.

No Relaxamento Autógeno, o paciente deve evocar uma imagem ou uma cena que lhe faça mergulhar em um estado de paz e de relaxamento.

A respiração é conduzida segundo técnicas especiais, que ensinam a reter o ar antes da expiração e segue os mesmos caminhos ensinados aos adeptos da *Prana Yoga*: “inspiração” (ou *para-ka*), retenção respiratória com pulmões cheios (*kumbaka*), respiração (*rechaka*) e a suspensão da

inspiração (*sunaka*). Neste, tão importante quanto à respiração é a capacidade de imaginação, que está na razão direta da hipnotizabilidade do paciente.

Também é muito importante a repetição persistente do signo-sinal hipnogênico, que na hipnose substitui o uso repetitivo dos *mantras* da Yoga. Em alguns casos criam-se chaves representadas por palavras que substituem o sinal hipnogênico e que como os “mantras” ajudam a produzir o desejado estado de relaxamento.

Usado como recurso valioso na obtenção do autoconhecimento, do aperfeiçoamento e da realização pessoal, o Relaxamento Autógeno tem sido ministrado com excelentes resultados nos programas de *mental training*, na preparação de atletas para competição<sup>17</sup>.

## 5.6. Hipnose Ericksoniana.

Não há um Método Ericksoniano de Hipnose, mas sim várias técnicas desenvolvidas pelo gênio criativo deste, que é considerado o maior hipnoterapeuta do mundo, pela multiplicidade de procedimentos por ele utilizados.

Ele sofreu de osteomielite na adolescência, que reapareceu na idade adulta limitando seus movimentos e, naturalmente, o seu trabalho. Por isso, desenvolveu técnicas indutivas que ele pudesse controlar a distância.

Especialista em criar alternativas, elaborou táticas particulares para cada problema. Talvez por sentir-se preso a uma cadeira de rodas, criou uma variedade de induções hipnóticas usando tons variáveis da sua voz, superficializando ou aprofundando o transe, criando metáforas ou contando anedotas ou estórias que ele mesmo inventava. Usava a anedota em qualquer processo de tratamento ou mesmo para fazer um diagnóstico.

Por vezes fazia uso da comunicação em vários níveis como, por exemplo, um verbal e outro não verbal (balançava a cabeça ou o corpo do paciente). Mudando o tom da voz ou contando uma história de outra pessoa, mas com algo que tinha a ver com o problema do paciente em tratamento.

Através da anamnese, ele distinguia sete passos na maneira de utilizar os próprios recursos do paciente<sup>4</sup>: (1) identificar os recursos dos quais o indivíduo não tem consciência; (2) identificar os valores do próprio; (3) mobilizar e utilizar esses valores; (4) relacionar os recursos que estão sendo utilizados pelo paciente, dando-lhe maior ênfase; (5) se há resistência, usá-la em benefício próprio; (6) seleção de ideias para aproveitá-las; (7) verificar a eficácia da intervenção.

Erickson usava sempre técnicas dissociativas e por isso mesmo sua indução à hipnose nunca era formal e direta, sempre a conduzia de forma indireta. Assim, ele perguntava, você vai entrar em transe agora... Ou mais tarde? Depende de você.

Às vezes dizia, enquanto sua mente consciente sente o peso do seu corpo na cadeira, sua mente inconsciente pode respirar mais calma e profundamente... Sempre usava metáforas para abordar um problema ou para apresentar solução para o mesmo. O seu cliente sempre tinha o direito de escolha.

Nas sugestões que levam o paciente a motivações para o futuro, usava a metáfora da árvore que cresce e dá frutos, como para curar feridas evocava a regeneração dessa árvore pela ação da seiva que possui.

Erickson foi sempre um mestre em usar a resistência revertendo-a e transformando-a em aliada. Não contrariava seu paciente e ainda o deixava em conflito consigo mesmo. É o caso da mão que se pede que fique leve como uma pluma, e o sujeito a faz pesada. Erickson vencida a resistência dizendo-lhe que devia senti-la realmente pesada<sup>4</sup>.

O oferecimento de alternativa, transferindo à mente a escolha do tipo e do tempo de transe conquista a colaboração do sujeito. Se desconfiarmos que uma melhora muito rápida está se dando por manipulação ou por tentativa de agradar o operador, Erickson recomenda provocar uma recaída para depois tratá-la novamente.

Para evitar a frustração de uma resposta faça-a repetidas vezes até obtê-la de modo satisfatório. Dê ênfase ao positivo. Elogie as qualidades do hipnotizado. Corrija os desvios de conduta até alcançar seus objetivos.

O que citamos acima é só uma amostra do que fazia Erickson, que realmente individualizava suas técnicas tratando cada um de maneira própria e diferenciada.

### **5.7. Hipnose em Grupo.**

O ser humano é por natureza um indivíduo sociável. A compreensão e a necessidade de se reunir em grupos permitiu desde os primórdios que o homem sobrevivesse aos medos e a insegurança dos tempos primitivos.

Em grupo, os indivíduos são mais sensíveis e receptivos a ideias novas e até mesmo a sugestões por vários motivos, dentre os quais, destacam-se a superação dos medos ou dúvidas, sobre o processo que se desenvolve, bem como porque, aquilo que ocorre com os demais participantes do grupo, age como catalisador, facilitando a aceitação por parte de cada um daquilo que está sendo sugerido pelo operador. Dentro de pouco tempo, podemos observar que todos, com raríssimas exceções entram em transe.

Na Hipnose em grupo, todos os métodos podem ser usados com bons resultados, desde que sejam observadas algumas regras: os objetivos devem ser claros, conhecidos e únicos; a organização de grupo se fará em função do objetivo comum; participar de um grupo implica em compartilhar, compreender, aprender, sentir prazer e crescer juntos.

O *rapport* é dirigido a todo o grupo, razão pela qual deve haver identificação e integração de todos. O grupo deve reunir pessoas com os mesmos interesses, como por exemplo, portadores das mesmas doenças ou sintomas, ou uma mesma organização, ou empenhados em uma mesma competição etc.

A Hipnose em grupo é usada atualmente para estimular pessoas a recuperar-se de determinadas doenças ou acelerar a recuperação de pacientes sob tratamento de doenças crônicas ou pós-operatórias de cirurgias cardíacas e de tratamentos de câncer ou doenças incapacitantes ou daquelas que deixam sequelas deformantes etc.

Também há indicação da Hipnose de Grupo para melhorar performance e a resistência de atletas de competição, para melhorar o desempenho dos funcionários de grandes empresas e até mesmo com a finalidade de melhorar a capacidade de memorização e aprendizado para estudantes na proximidade de provas, exames ou concursos.

### **5.8. Auto-hipnose.**

Toda hipnose é uma auto-hipnose. Qualquer que seja o Método empregado para obtermos a hipnose, embora chamado de hetero-hipnose, o operador apenas conduz o processo de maneira a obter que o paciente se auto-hipnotize<sup>17</sup>. A história é farta de exemplos de auto-hipnose praticada pela humanidade em todos os tempos.

Descobrimos a hipnose sob várias formas e denominações que nos acompanham em todos os momentos de relaxamento, de concentração, de meditação, nos momentos de prece, de abstração, em todos aqueles instantes em que estabelecemos contato com a nossa mente inconsciente. Em frente à televisão assistindo a um programa de grande interesse, assistindo a um jogo de futebol, em uma sessão de yoga, ou quando temos a impressão de nos abstermos de tudo e de todos, estamos em estado de hipnose, em auto-hipnose. É nesse estado que estão os faquires e, também, os homens suicidas, homens-bombas, que movidos por sentimentos religiosos ou políticos se imolam, autodetonando-se em estado de auto-hipnose.

Apesar de convivemos com a auto-hipnose em nosso dia a dia, esta não é obtida facilmente quando a queremos com o terapeuta, para solução de problemas ou tratamento de enfermidades susceptíveis a esse procedimento.

Todos experimentamos transe hipnóticos, absortos no que fazemos ou no que pensamos, a-lheios a tudo que se passa a nossa volta, mas conseguirmos o contato deliberado com nossa mente inconsciente não é fácil, depende de treinamento, de paciência e acima de tudo exercitar a vontade para registrar na mente inconsciente as sugestões que desejamos.

Há procedimentos e técnicas para aumentar a sugestibilidade e facilitar o transe auto-hipnótico. É bom lembrar que cada pessoa é um “indivíduo”, todos nós somos diferentes, uns mais, outros menos sugestionáveis, alcançamos o trana-se em tempos diferentes. Há que ter constância e paciência. Os resultados podem ser rápidos ou muito demorados, mas serão exitosos se formos persistentes.

Quase todos os hipnoterapeutas criaram métodos próprios para indução do transe auto-hipnótico, mas há um modelo que se ajusta a qualquer técnica e que consiste em: (1) estabelecer claramente o objetivo desejado; (2) transmitir a própria mente todas as instruções antes de entrar em transe; (3) acessar o inconsciente através do estado hipnótico; (4) introduzir a visualização criativa ou auto-sugestão; e (5) imaginar-se na vida real, realizando aquele objetivo.

Muitas são as técnicas sugeridas para atingir o transe auto-hipnótico, mas o que parece mais seguro é obtê-lo através do condicionamento em hetero-hipnose, por sugestão pós-hipnótica, pelo menos nas primeiras tentativas de auto-hipnose.

Quando tratamos da hipnose no parto, desenvolvemos um programa no qual ministramos conhecimentos e prática de vários métodos de hetero-hipnose como preparação das gestantes para adoção da auto-hipnose no momento da sua délivrance. Os resultados sempre foram excelentes, o que não seria, se as mesmas apenas fossem ensinadas as técnicas de auto-hipnose<sup>17</sup>.

### **5.9. Autoscopia.**

Austoscopia é o procedimento hipnótico através do qual o sujeito vê-se a si próprio, percebe-se, experimenta a sensação de visualizar seus próprios órgãos. A autocópia é um método de grande valor, tanto para o diagnóstico como o tratamento de várias afecções e também para orientação a gestante no acompanhamento e colaboração durante o trabalho de parto.

Na Autoscopia, o paciente viaja através dos caminhos que ele próprio imagina, chega aos mais íntimos recantos do seu próprio corpo, identificando sintomas e propondo soluções terapêuticas.

Para atingir o transe, podem ser usadas quaisquer uma das técnicas já estudadas e com sugestões hipnóticas levando nosso paciente a empreender sua caminhada pelos vários roteiros que lhe levarão aos órgãos visados, como por exemplo, no caso presente, o útero grávido, com todos os elementos que são importantes no desempenho correto e sadio do trabalho de parto.

O aprendizado e, conseqüentemente, o treinamento serão usados com êxito na Autoscopia para obtenção de uma délivrance segura e sem medo. Nós usamos com sucesso uma técnica que consiste em fazer com que o paciente veja-se à sua frente, diminuindo progressivamente de tamanho até considerar-se tão pequeno, capaz de acompanhar o ar inspirado, fazendo companhia ao oxigênio, percorrendo o mesmo caminho através da circulação sanguínea até chegar ao órgão ou região onde deve agir, chegando à lesão, ao dano ou à doença no sentido de obter a cura do processo patológico<sup>6,17</sup>.

### **5.10. Letargia.**

Sem pretender participar da polêmica gerada pelas escolas que discutem se a letargia se constitui em uma técnica ou procedimento diferenciados da hipnose ou se é apenas mais uma modalidade desta, sou partidário da opinião de Osmard Faria, de que é o procedimento de indução hipnótica melhor e mais rápido de quanto conhecemos<sup>14</sup>.

A letargia foi buscar fundamentos na técnica chinesa da acupuntura e utiliza toques superficiais em várias regiões do corpo, sem precisar usar do cansaço inicial dos músculos oculares, branquiais etc., necessários em qualquer indução clássica da hipnose. Na letargia obtêm-se um

estado de obnubilação que facilita a obtenção e a progressão dos vários estágios do processo hipnótico. Usamos e recomendamos como procedimento de excelência a letargia na indução hipnótica. Ela se baseia na utilização de toques hipnógenos, que coincidem com pontos de acupuntura.

## 6. Conclusão.

A escolha do tema deste trabalho tem sua origem na intenção de demonstrar a validade e, até mesmo, a vantagem que teremos em usar a Hipnose no trato de doenças e sintomas catalogados em cada especialidade médica, difundindo o seu uso de maneira a vencermos o preconceito que ainda existe em nossa classe.

No decorrer da nossa explanação não referimos, talvez, nenhuma indicação nova, porém abordamos um tema que generaliza a adoção de práticas hipnóticas em quase todas as especialidades reconhecidas pelo C.F.M. Depois da revisão que realizamos com o objetivo de produzir este trabalho, concluímos sem qualquer dúvida, que a SOHIMERJ tem condições e estrutura para habilitar médicos das várias especialidades ao uso da Hipnoterapia, ampliando por certo, as suas possibilidades terapêuticas.

Ao encerrarmos este trabalho, que se constitui em um estudo resumido da aplicabilidade da Hipnose nas várias especialidades médicas, gostaríamos de ressaltar que no uso cotidiano da hipnoterapia, cada profissional habilitado cria seus próprios métodos e os aplica, adaptando as técnicas a cada paciente e a cada caso, embora reconhecendo que para chegar a tanto é indispensável o conhecimento e a prática no manuseio dos métodos clássicos, aos quais, vez por outra, temos que recorrer para vencer resistência que quase sempre só cedem a estes procedimentos.

Outrossim, cabe informar que a falta de referências específicas a certas especialidades, como por exemplo, infectologia, hemoterapia e hematologia, mastologia, e outras, resultam da falta de indicação da hipnose ou de indicações já referidas, quando do estudo de outras especialidades correlatas ou concomitantes.

## Referências.

1. Akstein D. Hipnologia. I Vol. Rio de Janeiro: Editora Hypnos Ltda., 1973.
2. Akstein D. Hipnose Cinética, Ritual Psicoterapico TTT, Rio de Janeiro: Editora Hipnus, 1999.
3. Andrade Faria O. Manual de Hipnose Médica e Odontológica. Rio de Janeiro: Editora Atheneu, 1958
4. Bauer S. Hipnoterapia Ericksoniana Passo a Passo, Campinas: Editora Livro pleno, 2000.
5. Butler, W.E. Introdução a Telepatia. São Paulo: Humus Editora Ltda.
6. Espstein G. Imagens que Curam. Campinas: Editora Livro Pleno, 1989.
7. Freud S. Obras Psicológicas. Imago Editora, 1969
8. Goleman D, Gurin J. Equilíbrio Mente-Corpo. Rio de Janeiro: Editora Campus, 1953.
9. Manual do Médico. Conselho Federal de Medicina, 2000.
10. Mena AC. Conferência na SOHIMERJ, convidado vindo de Cuba, palestra proferida em 31/10/2002.
11. O'Coonor J, Bensky D. Shanghai College of Traditional Medicine. Acupuncture. A Comprehensive Text. Translated and Edited by O'Coonor J, Bensky D. Eastland Press. Seattle: Eighth Printing, 1992.
12. Paixão P. Irmão Vitricio e a Letargia. Montevideú: Editora Artes Gráficas, 1959.
13. Pinchele LT et al. Psicoterapias e Estados de Transe – São Paulo: Summus Editorial, 1985.
14. Paixão P. Letargia e Hipnose sem Magia. Passo Fundo: Editora Pe Berthier, 1995.
15. Rabelo FLR. A Hipnose no Terceiro Milênio. 1ª edição. Editora do Conhecimento -, 2002.
16. Rossi, EL. Psicobiologia da Cura Mente Corpo. Campinas: Editora Psy, 1997.
17. Robles, T. Revisando o Passado para construir o futuro, Manual de Auto-hipnose. Trad. Fonseca José Roberto, Belo Horizonte: Editorial Diamante, 2001.
18. Silva GC. Manual Básico de Hipnose. Campinas: Editora Psy, 1997.
19. Soloney G. Hipnose de Hoje. 1ª Edição em língua portuguesa. Paraná: Editora Toledo, 1957
20. Sellam S. Origine et Preocucion du Maladie. La analyse Psychosomatique. Paris: Edition Quintessence, 2000.