

Carta a la directora

Respaldo y Apoyo a la Hipnosis Clínica como Herramienta Terapéutica. Respuesta a la Carta de Héctor González-Ordi (2018)

Manuela Martínez-Lorca^a, Roberto Aguado-Romo^b y Alberto Martínez-Lorca^a^aUniversidad de Castilla la Mancha, Talavera de la Reina, Toledo, España; ^bInstituto Europeo de Psicoterapias de Tiempo Limitado, Madrid, España

Estimada Directora:

Tras leer su carta al director titulada “Sobre la validez y eficacia de la hipnosis clínica. Valoración crítica del documento observatorio OMC contra las pseudociencias, pseudoterapias, intrusismo y sectas sanitarias en relación con la hipnoterapia” (González-Ordi, 2018) nos agrada manifestar nuestro total acuerdo y apoyo a la misma.

Dicho artículo pretende de manera muy acertada, clara y concisa poner en valor el uso de la hipnosis como herramienta psicoterapeuta en el siglo XXI, con importantes estudios que avalan científicamente los beneficios y ventajas que tiene. Además, la hipnosis ahorra tiempo a los pacientes, por ser necesario un menor número de sesiones clínicas, y sobre todo sufrimiento, por reducir de manera rápida y eficaz los síntomas psicológicos y psicofisiológicos que manifiestan los pacientes cuando acuden a la consulta del psicólogo o psicoterapeuta.

Evidentemente, para ello se debe contar con la formación y preparación académica adecuada por parte de profesionales tales como psicólogos o médicos a fin de evitar una mala praxis, pero como con otra metodología o técnica utilizada en nuestra práctica clínica diaria.

Sin embargo, el documento de 38 páginas, sin apenas referencias bibliográficas, editado por la Organización Médica Colegial de España-Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos incluye la hipnosis dentro de la categoría de pseudoterapias. Como profesionales de la salud nos llama la atención el poco respaldo ofrecido por dicho organismo colegiado, ya no solo a la hipnosis sino a que esta sea tenida en cuenta, cuando es muy utilizada y efectiva y tiene una abundante evidencia científica.

Por ello, agradecemos enormemente que González-Ordi (2018) haga un alegato tan bien argumentado y justificado al respecto, dotado del rigor científico y clínico que la hipnosis se merece. Más trabajos como este son necesarios, y de ahí nuestra aportación al atrevernos a hablar de ello.

Así, la hipnosis es la técnica principal para el tratamiento e intervención de los principales trastornos psicológicos de los pacientes y

es usada por distintos profesionales desde distintos modelos psicológicos (Aguado, 2005; Alarcón y Capafons, 2006).

Por todo ello, quizás debamos dejar que sean otros quienes defiendan la hipnosis como técnica psicoterapéutica de eficacia ampliamente demostrada y tenemos que ser nosotros, los psicólogos principalmente, los que tengamos la obligación no solo de defenderla sino de darle el valor que se merece (Cabrera et al., 2013; Mendoza y Capafons, 2018). Empecemos a hacer pedagogía, dirigida a la sociedad en general y a la comunidad científica en particular, acerca de los beneficios terapéuticos reales que tiene la hipnosis para la salud, el bienestar y el desarrollo biopsicosocial de las personas. De esta manera conseguiremos que esta técnica deje de ser ninguneada, evitando el intrusismo y el aprovechamiento indebido por parte de otras disciplinas y profesionales para proporcionarles el estatus y el valor que le corresponde por derecho propio.

Referencias

- Aguado, R. (2005). *Manual práctico de terapia de interacción recíproca. Hipnosis clínica en psicoterapia*. Madrid, España: Editorial Síntesis.
- Alarcón, A. y Capafons, A. (2006). El modelo de Valencia de hipnosis despierta: ¿técnicas nuevas o técnicas innovadoras? *Papeles del Psicólogo*, 27, 70-78.
- Cabrera, M. Y., López, G. E. J., Ramos, R. Y., González, B. M., Valladares, G. A. M. y López, A. L. (2013). La hipnosis: una técnica al servicio de la Psicología. *Medisur*, 11, 534-541.
- González-Ordi, H. (2018). Sobre la validez y eficacia de la hipnosis clínica. Valoración crítica del documento observatorio OMC contra las pseudociencias, pseudoterapias, intrusismo y sectas sanitarias en relación con la hipnoterapia. *Clínica y Salud*, 29, 45-47. <https://doi.org/10.5093/clysa2018a8>
- Mendoza, M. E. y Capafons, A. (2018). Valencia model of waking hypnosis: Background, research, and clinical applications. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 61, 108-124. <https://doi.org/10.1080/00029157.2018.1489773>