

APLICABILIDADE DA HIPNOSE NA MEDICINA CLÍNICA

Carolina Guimarães Pereira¹
Gabriella Batista Centurion de Santa Rosa¹
Julia Augusta Quintino Ramiro¹
Julia Sachetin Fontoura¹
Kelyane Karyne da Silva Neto¹
Maria Amélia Miranda de Oliveira Melo¹
Nicole Gonzaga Guerreiro¹
Taynara Souza Silva¹
Viviane Araújo e Silva de Carvalho²

¹Acadêmicas de Medicina, Faculdade de Medicina, Universidade de Rio Verde – UniRV.

²Acadêmica de Medicina, Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul – UEMS.

Recebido em: 30/06/2020 – Aceito em: 21/08/2020

Resumo: O presente trabalho tem como objetivo explorar e compreender a aplicabilidade da hipnose na medicina clínica, observando a pluralidade de possibilidades da atuação dessa técnica que ressignifica a doença tratada e visualizando além do campo fisiopatológico, abrangendo também o psicossocial resgatando o cerne da medicina humanizada e encarando o indivíduo como um todo. Foram abordados 6 diferentes casos clínicos em que a hipnose é de grande valia no tratamento e em procedimentos médicos usados no manejo dessas patologias. A hipnose é reconhecida pelo Conselho Federal de Medicina, subsidiária de diagnóstico ou de tratamento. Neste trabalho foi constatado a importância e um olhar clínico direcionado que sustente a aplicação da hipnose no âmbito da clínica médica.

Palavras-chave: hipnose, aplicabilidade, ética médica.

Abstract: This work aims to explore and understand the applicability of hypnosis in clinical medicine, observing the plurality of possibilities of this technique's action that resignifies the treated disease and visualizing beyond the physiopathological field, also covering the psychosocial rescuing the core of humanized medicine and looking at the individual as a whole. Six different clinical cases were approached in which hypnosis is of great value in the treatment and medical procedures used in the management of these pathologies. Hypnosis is recognized by the Federal Council of Medicine as a diagnostic or treatment subsidiary. In this work, the importance of hypnosis in the medical field was verified, as well as a clinical perspective that supports its application.

Keywords: hypnosis, applicability, medical ethics.

1. INTRODUÇÃO

Hipnose significa um estado de consciência alterado, donde podemos encontrar alterações fisiológicas, comportamentais, cognitivas e afetivas, principalmente. Esse estado de transe hipnótico pode ser induzido por um terapeuta ou uma autoindução por parte do paciente, sendo que essa terapia vem conquistando seu espaço no meio

médico no que diz respeito, por exemplo, à doenças somáticas e vícios, dentre várias outras áreas de aplicabilidade (HÄUSER et al., 2016). Desse modo o paciente hipnotizado encontra-se em um *estado crepuscular* - permanece consciente e senhor de sua vontade por estar em vigília, mas ao mesmo tempo está profundamente relaxado e experimenta sensações oníricas, como no sono normal (VELLOSO et al., 2010).

O uso da hipnose como intervenção clínica para aliviar diversos tipos de problemas não é recente (NEUBERN, 2009) e possui sua eficácia comprovada por ampla variedade de pesquisas contemporâneas. Algumas enfatizam suas aplicações quanto a problemas específicos enquanto outras dão ênfase a questões referentes a certos grupos de pessoas (JENSEN; PATTERSON, 2006)

Uma das possíveis aplicações da hipnoterapia é no tratamento complementar da depressão pós parto (DPP), sendo essa doença de grande importância devido a alta incidência nas puérperas no Brasil. No tratamento da DPP, é possível atrelar o tratamento psicofarmacológico à hipnoterapia, sendo essa opção relacionada a um melhor resultado clínico-terapêutico (DA SILVA; DE SOUZA, 2018).

A hipnose é também importante na abordagem da dor crônica, quando descrita como experiência subjetiva da pessoa. Assim, embora o terapeuta possa adquirir informações importantes a partir de técnicas objetivas de avaliação, é necessário que ele se disponha a considerar o que essa dor significa para o sujeito e que perspectivas ela cria em sua vida. A revolta pela ruptura de um projeto de vida, o sentimento de fracasso pela impossibilidade de cumprir um papel familiar, a sensação de abandono pelo isolamento ou restrição de convívio social, a vergonha, a inconformação (NEUBERN, 2012) são exemplos que enraízam a experiência da dor e que ajudam a entender que a dor que a acomete consiste em processos subjetivos complexos de seu mundo e de experiências vividas.

O entendimento da dimensão mais profunda da subjetividade da pessoa, o seu eu inconsciente, remete, à visibilidade e utilização dos fenômenos hipnóticos na psicoterapia de dores crônicas de maneira a serem usados pelo paciente para aliviar ou modificar algumas partes de suas dores vividas. Assim, a linguagem hipnótica apresenta características muito específicas que visam evocar tais fenômenos, colocá-los perceptíveis ao paciente e situar esse paciente na condição de alguém que possa utilizar tais fenômenos a favor de suas demandas. (NEUBERN, 2012)

Quanto ao hábito tabagista, a hipnose se aplica como uma terapia comportamental alterando, por meio de sugestões, o sentimento de compulsão e dependência do paciente para com o tabagismo (HOLROYD, J; 2014)

Ademais, a hipnose pode também ser aplicada como forma de terapia do diabetes, que, segundo Pereira (2017), é uma disfunção fisiológica com grande influência psicológica, uma vez que essa pode levar ao funcionamento inadequado do sistema nervoso autônomo e endócrino. E assim, sendo a adequação do estilo de vida a base do tratamento do diabetes, a hipnose torna-se extremamente efetiva, visto que se mostrou eficaz não somente na redução da ansiedade e estresse, como na adesão ao tratamento, no controle do nível de glicose no sangue e perda de peso. Até mesmo em uma das complicações mais graves, a úlcera do pé diabético, a hipnose mostrou-se benéfica através do acréscimo na circulação periférica e redução das complicações.

Com a hipnose, mesmo em pacientes moderadamente suscetíveis à técnica, é possível induzir um estado de relaxamento profundo, com alterações fisiológicas similares às do sono natural (VELLOSO et al., 2010). Deste modo, a terapia comportamental pode ter benefícios para pacientes específicos como crianças, ansiosos e em alguns distúrbios psiquiátricos e diminuir a sedação farmacológica em procedimentos invasivos. Algumas características do estado hipnótico são particularmente favoráveis ao seu uso para esse fim:

Atividade ideossensória - É possível induzir, no paciente, a visualização nítida de paisagens agradáveis, com sensações associadas de olfato, tato e paladar bastante realistas. É possível fazer o hipnotizado sentir-se vividamente em uma praia - molhando os pés na beira do mar, sentindo o sol, o vento e o cheiro do mar, ouvindo o som das ondas, das aves e das folhas dos coqueiros. Estas imagens oníricas podem ser associadas a relaxamento e tranquilidade e estar presentes durante o exame sob hipnose.

Atividade ideomotora - O paciente pode ser sugestionado a permanecer completamente imóvel durante todo o procedimento, sem sentir desconforto.

Distorção da percepção do tempo - O paciente pode terminar o exame com a percepção, sugerida pelo hipnotizador, de que a duração foi de poucos minutos. Pode-se induzir, também, amnésia total ou parcial em alguns pacientes mais sensíveis à hipnose.

Analgesia - Reduz bastante o desconforto de pequenos procedimentos, como a punção venosa. Pacientes com dores agravadas pelo decúbito também podem se beneficiar da analgesia hipnótica (VELLOSO et al., 2010).

Em relação ao tratamento paliativo do câncer e de outras doenças crônicas, a hipnose se mostra uma alternativa eficaz para o controle da dor e ansiedade, sendo usada de forma isolada ou em adjuvância a uma terapia farmacológica (BRUGNOLI et al., 2018).

Quanto a deontologia médica, é importante considerar as particularidades de cada seção da hipnoterapia e a sua heterogeneidade, sempre obedecendo aos preceitos éticos e profissionais, conforme o Conselho Federal e Regional de Medicina (CORTEZ; OLIVEIRA, 2003).

A hipnose é reconhecida pelo Conselho Federal de Medicina "como valiosa prática médica, subsidiária de diagnóstico ou de tratamento (VELLOSO et al., 2010). Um dos pontos mais importantes destacados neste trabalho, que sintetiza sua proposta geral, é a importância de um olhar clínico que subsidie a aplicação de processos hipnóticos.

2. MÉTODO

O presente trabalho foi uma pesquisa bibliográfica, por meio de uma revisão integrativa da literatura. A busca das produções científicas foi realizada na biblioteca virtual *Pubmed-Medline* e *Scielo*.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram os seguintes: 1) artigos publicados nos idiomas português e inglês, disponíveis nessas bases de dados; 2) artigos que abrangessem a hipnose clínica; e 3) artigos que respeitassem a ética médica. Foram excluídos artigos que não satisfizeram aos critérios de inclusão. Para a busca dos artigos foram utilizadas as seguintes combinações de palavras-chave: "hipnose", "hipnose na medicina", "hipnose clínica".

A busca foi realizada por meio do acesso on-line. Os artigos encontrados passaram por uma análise para serem selecionados, apenas 8 artigos se enquadraram nos critérios estabelecidos e foram lidos na íntegra, sendo utilizados para a confecção do presente trabalho.

A procura foi efetuada por meio do acesso on-line. Os artigos encontrados passaram por uma triagem feita pela leitura dos resumos, aqueles artigos que

atendiam concomitantemente a todos os critérios de inclusão na amostra, foram analisados integralmente. Após isso, cada um dos artigos selecionados foi lido integralmente e seus dados analisados.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa nas bases de dados revelou 8 artigos que atendiam aos critérios pré estabelecidos no início da produção do presente trabalho, De acordo com os artigos analisados, há indiscutíveis benefícios da utilização da hipnose clínica em diversos âmbitos da prática médica.

A busca na literatura evidenciou que a hipnose pode ser de grande valia não só no tratamento complementar e até mesmo isolada de numerosas patologias como também para a redução de medicamentos em procedimentos clínicos invasivos em pacientes selecionados.

Foi possível ainda a partir do estudo dos artigos entender melhor algumas peculiaridades da prática da hipnose na medicina clínica como: dependência de o paciente ser mais ou menos suscetível a indução a hipnose, discernir certos métodos que podem ser empregados em grupos de pacientes específicos e assim produzir um melhor aproveitamento da experiência hipnótica.

Ademais a pesquisa evidenciou a hipnose como uma prática que abrange além da fisiopatologia da doença tratada, e considera também sua dimensão psicossocial que em sua totalidade é multifatorial e enraíza experiências dolorosas para o paciente, que muitas vezes se vê privado de uma vida com bem-estar, além de situações como essas serem de difícil resolução na medicina convencional.

A importância em considerar o indivíduo como um todo é o cerne da medicina humanizada que é colocada em prática nas sessões de hipnose Pereira (2017), evidencia a importante aplicabilidade da hipnose como método auxiliar no tratamento do diabetes, atuando como agente possivelmente modificador do comportamento e estilo de vida, os quais são essenciais para o sucesso dessa terapia. Os efeitos da hipnose são observados principalmente pela redução do estresse, maior adesão aos exercícios, dietas e medicamentos necessários, resultando em um melhor controle metabólico e, conseqüentemente, glicêmico. Além disso, pode também induzir o relaxamento e melhorar a cicatrização de feridas, como na úlcera do pé diabético.

Outro benefício está relacionado a possibilidade dos pacientes praticarem em suas próprias casas através do conhecimento da auto-hipnose.

A depressão pós parto pode ser causada tanto por alterações hormonais quanto por questões existenciais e vivenciais, seja pelo contexto em que ela se encontra, uma gravidez indesejada, problemas financeiros, alterações corporais e, principalmente, a falta de algum núcleo de apoio familiar durante e após a gestação. Nesse caso, a hipnoterapia surge como uma forma de ajudar a puérpera a reconhecer esses problemas a serem enfrentados visando aumentar a autoestima, confiança e melhorar o vínculo entre mãe e bebê, tendo em vista limitações para o uso de alguns fármacos durante o período de amamentação (DA SILVA; DE SOUZA, 2018).

A Hipnose vai gerar um relaxamento profundo ressignificando memórias negativas e promovendo modificações afetivas e comportamentais, como por exemplo, a redução da ansiedade e projeções negativas para o futuro, as quais ocorrem em algumas mulheres que possuem a DPP devido sua preocupação excessiva acerca de suas habilidades em cuidar do neonato. Para isso, a hipnoterapia acontece partir de 5 etapas consecutivas: identificação do problema e seus prováveis motivos (entrevista); estado de relaxamento profundo chamado “sono terapêutico” (indução e relaxamento); atingimento de transe profundo, criando uma comunicação direta entre o hipnoterapeuta e a inconsciência da paciente (aprofundamento); início da terapia durante o transe por meio de sugestões que irão trabalhar os motivos anteriormente levantados (sugestões) e o término com a retirada da puérpera do transe e a condução para a conclusão da sessão (saída do transe) (DA SILVA; DE SOUZA, 2018).

Conforme o estudo feito por Miller (1976) as sugestões da hipnose fariam com que cheirar ou provar o cigarro traria a sensação de uma náusea semelhante à presente em intoxicações alimentares. Em outro estudo, feito por Grosz (1978) ele comparou sessões de hipnose, em grupo e individuais, nas quais os pacientes se lembravam das sugestões de aversão sempre que sentissem o desejo de fumar. A abstinência foi acompanhando durante um período de 6 meses sendo que em 50% dos pacientes tratados individualmente obtiveram sucesso, enquanto 40% dos pacientes tratados em grupo chegaram a esse resultado esperado (HOLROYD, 2014).

No que diz respeito à pacientes em que a terapia não é mais curativa, e sim paliativa, nota-se a importância do manejo adequado da dor e ansiedade, principalmente, nos pacientes com doenças crônicas e pacientes oncológicos terminais. Sinais como a não adesão ao tratamento farmacológico, disfunção familiar,

comportamento anormal da doença e maior tempo de reabilitação são observados nesses pacientes cuja dor e ansiedade não são controlados (BRUGNOLI et al., 2018).

É possível ser feita a hipnoterapia em pacientes com cuidados paliativos em adjuvância ao tratamento farmacológico, sem que haja algum dano colateral extra. Sendo assim, dentre vários estudos citados, um deles afirma que a hipnoterapia é significativamente considerada benéfica para o tratamento da dor e da ansiedade nesses pacientes, demonstrando resultados estatística e clinicamente favoráveis na redução desses sintomas (BRUGNOLI et al., 2018).

Importante ressaltar que todas as aplicabilidades descritas acima fazem respeito à deontologia do Conselho Estadual de Medicina. As normas éticas previamente mencionadas ditam responsabilidades ao hipnoterapeuta no tocante à discussão da propedêutica do paciente, sendo imputadas severas sanções ao profissional que deturpar qualquer conceito relacionado ao conceito, prática e resultados dessa terapia (CORTEZ; OLIVEIRA, 2003).

4. CONCLUSÃO

Os resultados do presente estudo evidenciaram que não é atoa que a hipnose é reconhecida pelo Conselho Federal de Medicina "como valiosa prática médica, subsidiária de diagnóstico ou de tratamento. (VELLOSO et al., 2010). Um dos pontos mais importantes destacados neste trabalho, que sintetiza sua proposta geral, é a importância de um olhar clínico que subsidie a aplicação de processos hipnóticos. Assim, pode-se constatar que, de fato, a hipnose se constitui como uma técnica de aplicabilidade médica eficaz, especialmente quando usada de forma adjuvante ou paliativa à outros tratamentos já utilizados.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRUGNOLI, M. P. **The role of clinical hypnosis and self-hypnosis to relief pain and anxiety in severe chronic diseases in palliative care: a 2-year longterm follow-up of treatment in a nonrandomized clinical trial.** Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29307207/?from_single_result=The+role+of+clinical+hypnosis+and+self-hypnosis+to+relief+pain+and+anxiety+in+severe+chronic+diseases+in+palliative+care%3A+a+2-year+longterm+follow-up+of+treatment+in+a+nonrandomized+clinical+trial>. Acesso em: 26 maio 2020.

CORTEZ, C. M.; OLIVEIRA, C. R. **A prática da hipnose e a ética médica.** Revista Bioética, Brasília, v. 11, n. 1, p. 65, nov. 2003.

DA SILVA, N. F.; DE SOUZA, D.C. **O diagnóstico da depressão pós parto e o uso da hipnoterapia cognitiva no tratamento.** Revista Amazônica, Manaus, v. 31, n. 1, p. 167-190, Jan-jun. 2018.

HÅUSTED, W, et al. **The efficacy, safety and applications of medical hypnosis.** Disponível em <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27173407/>>. Acesso em: 25 maio 2020.

HOLROYD, J. **Hypnosis treatment for smoking: an evaluative review.** Disponível em <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6997219/>>. Acesso em: 25 maio 2020.

NEUBERN, M.S. **Prática social hipnose e dor crônica: alternativas de compreensão.** Scielo, 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722012000400006&lang=pt. Acesso em: 26 de maio de 2020

PEREIRA, M.G. **Changing the mind: hypnosis and diabetes.** Scielo, 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692017000100204&lng=en&tlng=en. Acesso em: 28 de maio de 2020

VELOSSO, et al. **Hipnose para controle de claustrofobia em exames de ressonância magnética.** Scielo, 2009. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-39842010000100007&lang=pt. Acesso em: 26 de maio de 2020