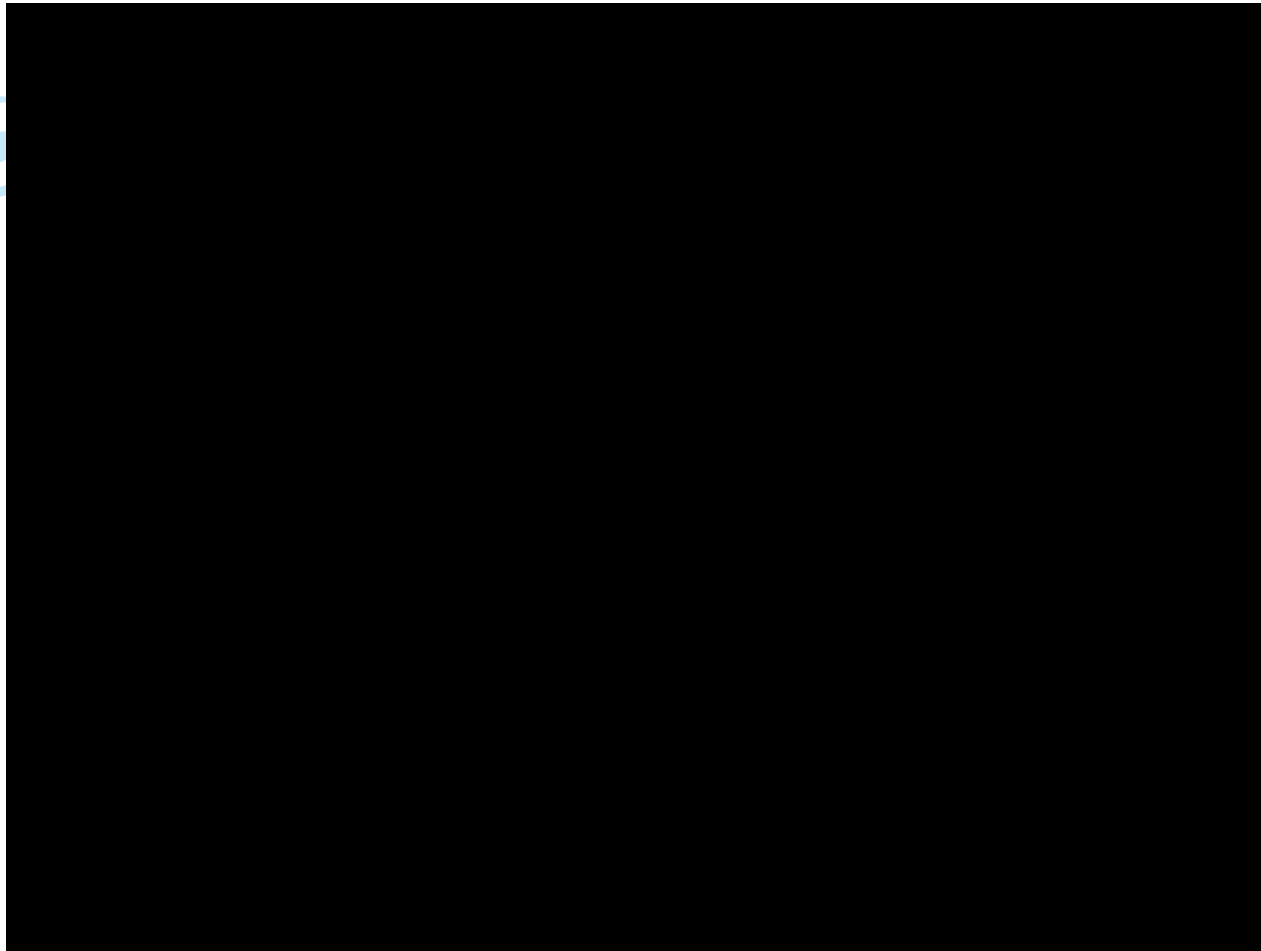




# La Hipnosis en los Procesos Quirúrgicos

Pre/Durante/Post

# Hipnociugía



# Introducción

- Se estima que en los EUA se efectúan más de 50 millones de cirugías al año.
- Un 40% requieren anestesia general.
- Aunque la gran mayoría reciben medicamentos para el dolor un 50 – 75% de los pacientes experimentan un control inadecuado.
- El dolor es la causa más común para readmisión al hospital en los primeros 30 días post cirugía.

# Introducción

- Cirugías electivas.
- Abdominoplastias 150K
- Senos 130K



# Historia

- El primer caso documentado de la utilización de la hipnosis como anestésico en la cirugía fue por el Dr. Jules Cloquet (1780-1883), cirujano francés.
- Removió un tumor en un seno. Durante su carrera efectuó varias cirugías exitosas utilizando solo la hipnosis como anestésico.
- El primer hipno-anestesista fue el Dr. James Esdaille, cirujano escocés quien efectuó más de 300 cirugías entre 1845 – 1851 en la India.

# Historia

- Para el manejo de el dolor y la tensión en el parto.
- Desde principios del s. 20 hay relatos en la literatura relacionados a partos sin dolor.
- Aunque el primer estudio se realizó en Rusia en el 1902 donde 20 de 28 mujeres consiguieron tener sus partos sin sentir dolor.
- Para los 1920's Velvovski desarrolla su famoso método psicoprofiláctico para facilitar el parto basado en la teoría de Pavlov.

# Investigación

- Un meta análisis por Montgomery et al de 22 estudios con más de 1,600 pacientes de cirugía encontró que el 89% de los pacientes obtuvieron beneficios vs. el control.
- Los beneficios incluyeron reducción en el dolor, consumo de medicamentos para el dolor, indicadores fisiológicos, tiempo de recuperación y estadías en el hospital.
- Además cicatrización más rápida de las heridas, recobro gastrointestinal y menos náuseas.

# Investigación

- Un estudio por Montgomery et al en la Mount Sinai School of Medicine en NY investigó el efecto de la hipnosis en las mujeres a experimentar una biopsia o tumorectomía.
- Las mujeres hipnotizadas requirieron: 22% menos analgesia y 34% menos sedación.
- Después del procedimiento reportaron una reducción de: 53% en la intensidad del dolor, 74% en náuseas y 46% en la fatiga.
- La cirugía requirió 11 minutos menos por paciente con ahorros de \$800 por paciente.

# Investigación

- Un estudio por Saadat et al en Yale University School of Medicine investigó el efecto en la ansiedad de 30 minutos de hipnosis pre y pos cirugía.
- El grupo de hipnosis reportó una reducción en la ansiedad de 56% comparado con el control que aumentó un 10%.
- Un estudio por Lew et al en City of Hope en Duarte, California con un protocolo estandarizado de hipnosis (15 min) y administrado por las enfermeras una hora antes de la cirugía de senos a veinte pacientes.
- Los hallazgos reflejaron una reducción de 40% en la ansiedad, 25% en la tristeza, 20% en la irritabilidad y 15% en la sensaciones de malestar general. El dolor y las nauseas no experimentaron reducciones significativas.

# De la Investigación a la Acción

- La investigación refleja que hay muchas oportunidades para brindarle un servicio a las personas que necesitan someterse a cirugía.
- Aliviar el dolor y el sufrimiento tiene un efecto social ya que no solo afecta a la persona involucrada sino a sus familiares.
- Es menester desarrollar un protocolo para tomar en consideración todos los elementos asociados a una cirugía.

# Desarrollo de un Protocolo

- Los elementos a incluir en un protocolo los voy a dividir en cuatro segmentos:
  - Pre - cirugía
  - Durante
  - Post
  - Recuperación

# Protocolo – Pre cirugía

- A diferencia de la mente humana la biología existe por más de 10 billones de años.
- La función del viejo cerebro arcaico es la de ayudarnos a vivir tanto como sea posible.
- Tiene muchas soluciones biológicamente perfectas para mantenernos atentos a los peligros.
- Adaptación ya sea evitando, huyendo o afrontando el peligro.

# Protocolo – Pre cirugía

- El inconsciente no distingue entre lo real, lo imaginario, lo simbólico o lo virtual.
- En una cirugía el cuerpo activa la respuesta de afrontar el peligro y dar la batalla.
- Las células tienen una memoria de billones de años de las veces que un ser biológico murió por cortaduras, machetazos, cuchillos, lanzas, espadas, etc..
- Ofrecerle sugerencias al inconsciente relacionadas a la cirugía.

# Protocolo – Pre cirugía

- Hacer la investigación sobre la cirugía.
  - Tipo de anestesia
  - Tipo de cirugía: Bisturí, laparoscópica, laser, etc.
  - Duración
  - Complicaciones
  - Efectos secundarios
  - Cantidad de sangrado típico.
  - Tiempo de recuperación.
  - Dolor

# Protocolo – Pre cirugía - Sugestiones

- Reducir o eliminar el miedo y la ansiedad del proceso.
- Si el paciente entra la noche antes al hospital ofrecerle sugerencias de un sueño profundo y reparador.
- Tranquilidad, optimismo y cooperación.
- Vincularlas a partir del momento en que comienza la sedación.
- Utilización.

# Protocolo – Durante la cirugía

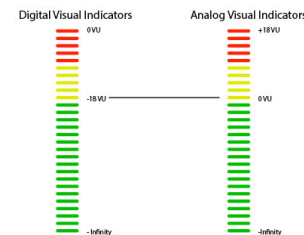
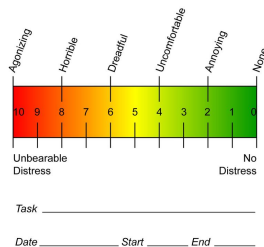
- Todas las partes del cuerpo cooperando con los cirujanos.
- Las áreas donde ocurre la cirugía relajadas y cómodas.
- Minimizando el proceso de sangrado al mínimo.
- El cuerpo está hecho para sanar y puede hacerlo rápida y perfectamente.
- Tu sistema inmunológico trabajando eficiente y efectivamente para minimizar la posibilidad de infecciones.

# Protocolo – Post - cirugía

- Me refiero a la recuperación de los diferentes sistemas del cuerpo una vez concluida la cirugía. En el cuarto de recuperación.
- Dependiendo del tipo de intervención:
  - Recuperación de los movimientos corporales, intestinales y de líquidos.
  - Presión arterial.
  - Sugestiones
    - Cuando concluya tu cirugía puedes sentirte liberado de que tu condición ya fue atendida.
    - Puedes imaginarte un futuro cuando te has recuperado completa y rápidamente.

# Manejo del Dolor

- Toda cirugía conlleva cierto grado de dolor dependiendo del tipo de intervención y del umbral de tolerancia del cliente.
- Hay infinidad de técnicas para el manejo del dolor.
- He encontrado que lo más efectivo es la utilización de algún mecanismo donde la persona esté en control.



# Manejo del Dolor - Sugestiones

- El dolor es una señal del cuerpo por lo tanto las sugerencias para manejo del dolor deben enmarcarse en ese contexto.
- Es importante sugerir que si en algún momento el dolor surge como señal de que algo no esta bien va a regresar con la misma intensidad original.
- Puedes sustituir los medicamentos contra el dolor por un mecanismo que te permite controlar la percepción del dolor. Refiérase a la escala de colores.

# Recuperación Post Cirugía

- Hay cirugías que van a requerir sugerencias para el proceso de recuperación debido a la complejidad de esta. Por ejemplo cardiotorácica, abdominoplastia, etc.
- Sugestiones:
  - “Ahora es el momento de relajar esa área”
  - “...y tal vez te sorprendas de lo sorprendidos que están los médicos con tu rápida recuperación...”
  - “...y tu cuerpo y tu sanador interior trabajando para cicatrizar la herida y tal vez escuches al médico decirte que la cicatrización ha sido perfecta...”



# Discusión de Casos



# Caso 1: Abdominoplastia

- Un procedimiento que consta de tres pasos básicos:
  1. Remoción y estiramiento de la piel.
  2. Remoción de la grasa subcutánea.
  3. Estiramiento de los músculos.
- Requiere de 4 – 6 semanas de recuperación y las primeras 2-3 semanas la persona está con narcóticos para el manejo del dolor. Aunque puede tomar hasta seis (6) meses sentirse "normal".
- Pueden experimentar cambios de animo súbitos. Desde depresión (¿por qué me hice esto?) hasta exceso de entusiasmo y extralimitarse.



# Caso 1: Abdominoplastia

- Cliente: Fémica de 38 años. Casada con dos hijos.
- Situación: Ha tenido dos cesáreas y en la última le dio mucha ansiedad y le subió la presión. Igualmente le sucedió para el cambio de implantes. Además experimento retención de líquidos.
- Preocupaciones:
  - El tiempo de recuperación es de un mes. Fuera del país.
  - La recuperación completa son 6 meses.
  - Ansiedad
  - Le suba la presión.
  - Retención de líquidos.

# Caso 1: Abdominoplastia

- Tratamiento

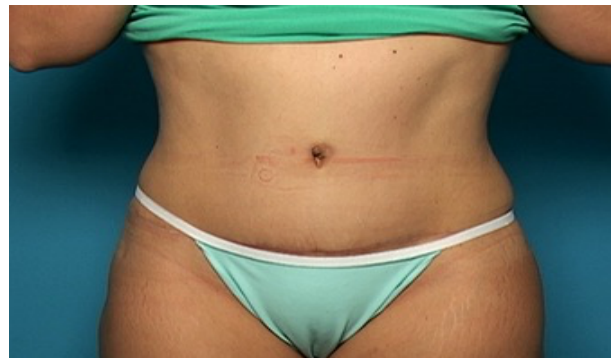
- Se le hizo una sesión en la oficina y a la misma vez se le preparó una grabación.
- Regresión a la causa de la ansiedad que estaba relacionada a la ultima cesárea.
- Sugestiones:
  - Mantenerse relajada, tranquila y en paz a partir de la noche antes de la cirugía. Mantener la presión en el rango de normalidad.
  - Minimizar el sangrado.
  - Cicatrización perfecta como si no hubiese experimentado una cirugía.
  - Su cuerpo adaptándose a la nueva realidad.

# Caso 1: Abdominoplastia

- Sugestiones
  - Periodo de recuperación.
  - Eliminación de líquidos.
  - Adaptarse a estar sin los hijos durante un mes.  
(Distorsión temporal).
- Progresión al momento en que se ha recuperado y está mirándose en un espejo y contemplando ese nuevo abdomen. Experimentando sensaciones de satisfacción, aceptación y de valía.

# Caso 1: Abdominoplastia

- Resultados:
  - “El médico me dijo que la cirugía fue todo un éxito y que el tiempo fue menor que lo usual.
  - La enfermera se sorprendió que me recuperaría tan rápido. “Me mencionó que le sorprendió mi recuperación y el consumo de medicamentos para el dolor.”



# Caso 2: Conversando con la Grasa

- Cliente: Fémima de X años. Soltera.
- Situación: Remoción de quiste e implantes rotos y lipoescultura.
- Preocupaciones:
  - Dolor
  - La cicatriz
  - Verme con menos volumen.
  - Bien ansiosa.



# Caso 2: Conversando con la Grasa

- Tratamiento

- Se le hizo una sesión en la oficina y a la misma vez se le preparó una grabación.
- Regresión a la causa de la ansiedad relacionada a la cirugía original de los implantes donde hubo complicaciones.
- Sugestiones:
  - Mantenerse relajada, tranquila y en paz a partir de la noche antes de la cirugía.
  - Minimizar el sangrado.
  - Cicatrización perfecta como si no hubiese experimentado una cirugía.
  - Su cuerpo adaptándose a la nueva realidad.

# Caso 2: Conversando con la Grasa

- Sugestiones
  - Periodo de recuperación.
  - Sentirse cómoda con menos volumen en los senos como una situación temporal hasta ponerse los nuevos implantes.
- Progresión al momento en que se ha recuperado y está mirándose en un espejo y contemplando el volumen de los senos y su nuevo abdomen. Experimentando sensaciones de satisfacción, aceptación y de valía.

# Caso 2: Conversando con la Grasa

- Resultados:
  - La cirugía fue completamente exitosa y sin ninguna complicación.
  - En cita tres semanas más tarde me indicó: “El dolor post cirugía fue difícil manejarlo. Tal vez la grasa no quería salir”



# Caso 2: Conversando con la Grasa

T. Dialoga con la grasa y pregúntale la función que estaba realizando en el abdomen.

C. Es protección pero no es protección... es como cuando te abrazas a alguien... para que no te sintieras sola.

T. ¿Qué necesita esa grasa que si lo tuviera sabría que aunque ya no está ahí... cumplo su función?

C. Me imagino que...

T. Pregúntale a ella (grasa)... Que ella te va a decir...

C. Que me sienta feliz (lagrimas).

T. ¿Qué necesita Eva para sentirse feliz?

C. Amor... Por mi misma.



# Caso 2: Conversando con la Grasa

T. Muy bien. Imagínate a la sabia conectándose de corazón a corazón y de abdomen a abdomen transmitiéndote todo el amor por ti misma que ella tiene... Porque tu sabia representa tu verdadero Yo, tu Yo Superior... Esa que tiene todo lo que tu necesitas y esta lista a dartelo tan pronto te abras a la posibilidad... No te has permitido que esa felicidad fluya de tal manera que la grasa no tenga necesidad de volver... No intelectualizes la felicidad sino que sientela.

C. No la puedo sentir.

T. ¿Alguna vez has sentido felicidad?

C. Sí... Una sorpresa... De alguna forma al no sentir emociones una protección, un equilibrio...

T. Así que un equilibrio es como ecuanimidad.

C. Sí.

T. Así que si hay equilibrio no hay vacío por lo tanto nada tiene que entrar ni salir. ¿No es así?

C. Sí.



# Caso 2: Conversando con la Grasa

T. ¿Te sientes ecuánime ahora?

C. Me siento rara, no es normal porque como soy tan emocional.

T. Que maravillosos es estar ecuánime ...¿no es así?

C. Pero se pone uno impersonal.

T. ¿Alguna vez has interpretado un papel en el teatro?

C. Si

T. Acostumbrate a ese estado de ecuanimidad.

C. Se me hace difícil dejar ir ese viejo yo, lo que creía que era importante.

T. Bueno... Tienes la opción de dejar que vuelva... toda esa grasa.

C. Noooo

T. Pero esa grasa necesita saber que ya tu estas ecuanime y que no la necesitas porque no te sientes sola...

# Caso 2: Conversando con la Grasa

T. ...Fijate que buscamos la felicidad en todo lo externo y lo que esa grasa quiere es que estes feliz contigo porque ella no tiene la necesidad de estar contigo si estas bien contigo misma.

C. Unjuu

T. Si estas bien contigo no hay necesidad de desvalorizacion y los huesos pueden responder diferente...

T. Me dejas saber cuando te sientas comoda con la ecuanimidad. Es igual a un par de zapatos nuevos que hay que acostumbrarse a ellos.

C. Tengo que hacer las cosas que me hacen feliz a mi sin importar lo que digan las personas.

T. Exactamente

C. Hay algo que todavia me crea una tension interna y no me deja ser feliz es como un "buuurr" pero no sé.

# Caso 2: Conversando con la Grasa

T. No hay que saber en este momento... enfocate en la grasa... ¿Como se siente la ecuanimidad?

C. Como una sarten caliente aqui (vientre).

T. Y si tienes frío ¿como te hace sentir esa sarten caliente?

C. Me calienta un poquito.

T. Habla con la grasa en ese laguito...

C. Se está yendo...

T. Antes de que se vaya por completo dale las gracias por haber sido compañera tuya por tanto tiempo y acompañarte para que no estuvieras sola.... Por el excelente trabajo que hizo contigo aunque en el momento no lo entendieras así

T. Dejale saber que vas a estar bien y que si en el futuro si la necesitaras ella va a llegar... Pero como estas bien y vas a estar bien ella puede irse tranquila y tal vez ayudar a otra persona.

# Caso 2: Conversando con la Grasa

C. Se está yendo por el torrente del lado.

T. ¿Cómo te sientes?

C. Bien.

T. Maravilloso.



# Otros Casos

- Rodilla
- Próstata por robótica.
- Corazón
- Senos
- Sistema digestivo.



# Conclusión

- La hipnosis utilizada en los procesos quirúrgicos ayuda a los pacientes a recuperarse más rápidamente y hace de un proceso estresante algo más llevadero.
- Existe un mercado enorme para los hipnoterapeutas.



# Referencias

1. <https://en.wikipedia.org/wiki/Hypnosurgery>
2. [https://en.wikipedia.org/wiki/Hypnotherapy\\_in\\_childbirth](https://en.wikipedia.org/wiki/Hypnotherapy_in_childbirth)
3. Montgomery GH, David D, Winkel G, Silverstein JH, Bovbjerg DH. The effectiveness of adjunctive hypnosis with surgical patients: a meta-analysis. *Anesth. Analg.* 2002; 94(6): 1639-45.
4. Elkins G, White J, Patel P, Montgomery G. Hypnosis to manage anxiety and pain associated with colonoscopy for colorectal cancer screening: case studies and possible benefits. *International Journal of Clinical & Experimental Hypnosis* 54(4):416-31. November 2006.
5. Montgomery G, Wertz C, Seltz M, Bovbjerg Dr. Brief presurgery hypnosis reduces distress and pain in excisional breast biopsy patients. *International Journal of Clinical & Experimental Hypnosis* 50(1):17-32. February 2002.
6. Lew, M., Kravits, K., Garberoglio, C., & Williams, A. (*Int J Clin Exp Hypn.* 2011 Oct-Dec;59(4):406-23, Oct-Dec). Use of preoperative hypnosis to reduce postoperative pain and anesthesia-related side effects [Abstract]. Retrieved feb. 21, 2017 from PubMed: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21867377>

# Referencias

7. Montgomery G, et al. A randomized clinical trial of a brief hypnosis intervention to control side effects in breast surgery patients. *J Natl Cancer Inst* 2007;99:1304-1312.
8. Saadat H, et al. Hypnosis reduces preoperative anxiety in adult patients. *Anesth Analg* 2006;102:1394-1396.
9. Lew MW, et al. Use of preoperative hypnosis to reduce postoperative pain and anesthesia-related side effects. *Int J Clin Exp Hypn* 2011;59:406-423.



armonium  
Descubriendo tu grandeza interior®





armonium  
Descubriendo tu grandeza interior®





armonium  
Descubriendo tu grandeza interior®





armonium  
Descubriendo tu grandeza interior®





armonium  
Descubriendo tu grandeza interior®





armonium  
Descubriendo tu grandeza interior®





armonium  
Descubriendo tu grandeza interior®

