



DEZEMBRO 2022

PROJETO HIPNOTERAPIA

Trabalhando o hoje para a
melhora do amanhã



PARA

Hospital Erasto Gaertner

POR

Wellington Jose Degam Furtado



UMA TERAPIA INTEGRATIVA A HIPNOTERAPIA COMO UMA SIGNIFICATIVA CONTRIBUIÇÃO NA MELHORA DA DOR.

Dores do corpo, dores na mente,
dores da alma, dores de um paciente,
mas acima de tudo,
Dores em um ser humano.

POR

Wellington Jose Degam Furtado



O que é a hipnose?

É um estado profundo de relaxamento onde é afastado e desligado o senso crítico do racional, acessando as informações do subconsciente.

Hipnose é uma técnica que instala sugestões positivas em sua mente inconsciente. Com as sugestões corretas, é possível alterar: A maneira como você pensa; A maneira como você se sente; A maneira como você se comporta.

A hipnose pode abordar a raiz do seu problema – não apenas os sintomas – e te ajudar a lidar com eles. E ela faz isso de forma direta, melhor do que qualquer outra forma de terapia.

A hipnose é um conjunto de elementos específicos e naturais da mente, que produzem diferentes impactos, tanto físicos quanto psíquicos. Esses fenômenos poderão ser induzidos ou auto induzidos através de estímulos provenientes dos cinco sentidos, sejam eles conscientes ou não. Dentre os fenômenos específicos da mente produzidos na hipnose, podemos citar a Regressão de Idade. Esse fenômeno acontece na medida em que o paciente regride para uma idade do passado tendo essa como presente, ou seja, se voltar aos seus 5 anos de idade, ele achará que realmente tem 5 anos. Se nessa época viveu algo traumatizante, o objetivo do terapeuta é fazer o manejo desse fato, buscando uma ressignificação, proporcionando ao paciente novas experiências, ou seja, novas aprendizagens com objetivos de buscar a solução.

Desta forma, esses elementos produzem diferentes impactos tanto físicos como psíquicos. Físicos como no caso da catalepsia que é um enrijecimento de um membro do corpo, ou a anestesia de um local do corpo. Impactos mentais como a amnésia ou hipermnésia. Esses poderão ser induzidos pelo hipnoterapeuta ou autoinduzidos, no caso da autohipnose ou mesmo no treinamento autógeno, que é um autorelaxamento. A indução ocorrerá através de estímulos provenientes dos cinco sentidos, pois qualquer estímulo pode induzir um dos fenômenos hipnóticos, e estes podem se manifestar por qualquer um dos sentidos.

Neste sentido, a forma como cada um responde aos estímulos apresentados é diferente, único e individual. Cada problema, doença ou dificuldade aparecerá por motivos diferentes em cada paciente, e por isso a necessidade de um tratamento individual, sem regras e sem padronizar o ser humano, descartando a ideia de enquadrá-lo em técnicas prontas, dando a impressão que todos tem os mesmos problemas pelos mesmos motivos.

É FUNDAMENTAL que seja conduzida por um hipnólogo (a), porque possui conhecimentos necessários para trabalhar os conteúdos emocionais que aparecerem durante o transe hipnótico.

OBJETIVO



- **Melhoria da saúde física e mental**
- **Tratamento de traumas e fobias**
- **Redução da Procrastinação**
- **Questões emocionais e mentais**
- **Desenvolvimento Pessoal**
- **Abandono de Vícios**



NO TRATAMENTO INTEGRATIVO

Apresentar a hipnose como técnica de apoio no tratamento dos distúrbios da dor, irá contribuir para uma melhora de resultados nos tratamentos de forma a preservar o bem maior do paciente.

Tem como objetivo a redução do uso de medicamentos, portanto, dos efeitos colaterais gerados.

A técnica da hipnoterapia contribui com ênfase ao auxílio que presta no tratamento convencional dos distúrbios da dor.

NO ALÍVIO DA DOR ORGÂNICA POR MEIO DA HIPNOSE

Diante de um paciente queixando-se de dor, procura-se saber as características da dor, examina-se o paciente e avaliam-se os aspectos emocionais, culturais e de funcionalidade.

Em primeiro lugar deve-se ter um diagnóstico correto do sintoma dor, isto é saber quando e como começou, o local do início e se há irradiação, o tempo de duração, a intensidade subjetiva para o paciente, as qualidades afetivo-emocionais, o que faz melhorar e piorar, e procurar descobrir a etiologia.

É fundamental durante a história clínica colher o máximo de informações sobre como a dor é percebida pelo paciente.



- **HIPNOSE CLÁSSICA**
- **HIPNOSE ERICKSONIANA**
- **HIPNOSE CONDICIONATIVA**

HIPNOSE CLÁSSICA

A hipnose clássica é a aplicação de uma sugestão direta que leva a pessoa a um estado de transe.

Ela é a maneira mais antiga de se fazer a hipnose.

O hipnotizador faz uma indução por métodos tradicionais e o paciente entra em um "estado" diferente de ser.





HIPNOSE ERICKSONIANA

O modelo de Hipnose conhecido como Ericksoniano, ou naturalista, baseia-se essencialmente no legado terapêutico do norte-americano Milton H. Erickson, e consiste em fazer um tipo exclusivo de transe para cada cliente. Mesmo quando seguindo uma forma de indução padronizada, o objetivo deste método é levar em conta critérios de avaliação sobre cada cliente em particular, suas características pessoais, seus sintomas, sua resistência etc.

Para o modelo naturalista de Hipnose Ericksoniana, o transe é visto como uma experiência natural a todas as pessoas.

O terapeuta, então, captura a atenção do cliente através de aspectos de interesse deste e com a sua linguagem característica. A espontaneidade, neste método, é parte fundamental para aceitar o que o cliente traz até mesmo a resistência, e se utilizar deste material para ir passo a passo para dentro do cliente.





HIPNOSE CONDICIONATIVA

É uma técnicas aprimorada e eficiente sem a necessidade de “investigar” a vida de uma pessoa, seu passado, chegando até as causas dos problemas (registros mentais negativos), sem resgatar traumas, nem reverenciar os abalos emocionais (sofrologia), abreviando os tratamentos.





ALÍVIO DA DOR ORGÂNICA POR MEIO DA HIPNOSE

Diante de um paciente queixando-se de dor, procura-se saber as características da dor, examina-se o paciente e avaliam-se os aspectos emocionais, culturais e de funcionalidade.

Em primeiro lugar deve-se ter um diagnóstico correto do sintoma dor, isto é saber quando e como começou, o local do início e se há irradiação, o tempo de duração, a intensidade subjetiva para o paciente, as qualidades afetivo-emocionais, o que faz melhorar e piorar, e procurar descobrir a etiologia.



É fundamental durante a história clínica colher o máximo de informações sobre como a dor é percebida pelo paciente.

TÉCNICAS HIPNÓTICAS PARA O ALÍVIO DA DOR

1. Sugestão direta ou indireta para a redução da dor.
2. Transferir, alterar, substituir a experiência da dor.
3. Apagar a memória da dor; modificar as respostas comportamentais.
4. Dissociar, dirigir a atenção para longe da dor ou da sua fonte.
5. Modificações das características do estímulo doloroso.
6. Técnica do bombardeamento de Crasilneck



HIPNOSE EM PACIENTES HOSPITALIZADOS

O paciente quando é hospitalizado sente as modificações nos seus hábitos de vida e de trabalho, deixando o conforto da sua residência e o convívio muitas vezes constante das pessoas da sua família e de amigos, para permanecer limitado a um apartamento ou a uma enfermaria de um hospital. Há modificações na liberdade de movimentação algumas vezes imposta por sua própria doença e outras vezes pelos regulamentos do hospital; modificações nos seus hábitos alimentares, e inclusive ter que deitar numa outra cama, com outro colchão e outro travesseiro, percebendo os odores característicos do hospital. Essas modificações no estilo de vida podem ser abruptas quando decorrentes de doenças traumáticas como acidentes de trânsito, de trabalho, profissionais a violência das cidades ou conseqüentes às catástrofes da natureza como incêndios, terremotos, inundações, furacões, desmoronamentos. Outras vezes, as modificações abruptas são causadas pelas próprias doenças, como um acidente vascular encefálico deixando o paciente hemiplégico e/ou disfásico, um acidente vascular medular deixando o paciente paraplégico ou tetraplégico, um infarto do miocárdio.

Além dessas modificações ambientais sociais acrescentam-se as preocupações e a ansiedade para com o diagnóstico e prognóstico da sua própria doença.

Muitos pacientes apresentam crescente ansiedade antecipatória gerada pelas suas próprias fantasias para a realização de exames complementares cujos detalhes são desconhecidos e que podem ir desde a retirada de sangue para exames laboratoriais de rotina até procedimentos mais complexos, como um exame endoscópico, biopsia de medula óssea, entrar dentro do túnel do aparelho para a feitura de um exame de ressonância magnética, fazer um cateterismo cardíaco.





Alguns pacientes apresentam claustrofobia ao entrar na sala para um exame de tomografia computadorizada. Muitas vezes, doenças muito dolorosas alteram ainda mais o humor dos pacientes e os tratamentos de quimioterapia ou radioterapia muitas vezes apresentam efeitos colaterais de náuseas e vômitos. O resultado das modificações no modo de viver do paciente, associado às preocupações com a própria doença e com o tratamento, pode levar à diminuição da auto-estima com reflexos negativos sobre a sua recuperação.

A hipnose pode facilitar a vida de muitos pacientes hospitalizados aumentando a auto-estima, reduzindo a ansiedade, o medo e as preocupações com a própria doença, com exames complementares, curativos, condutas terapêuticas, fisioterápicas, quimioterápicas, radioterápicas e cirúrgicas, contribuindo para reduzir o desconforto da internação.



HIPNOSE NA DOR

No controle da dor é importante a correlação entre a suscetibilidade hipnótica dos pacientes (capacidade hipnótica ou hipnotizabilidade) e o controle da dor. As pesquisas de Crawford et al apóiam as propostas de que a analgesia hipnótica é um processo inibitório pela ativação do sistema atencional frontolímbico para inibir a transmissão da informação da dor do tálamo para as estruturas corticais, e que as pessoas altamente suscetíveis podem melhor suprimir a dor devido aos seus mais efetivos sistemas atencional frontal e sistemas inibidores. Nos pacientes com metástase de câncer de mama um estudo controlado randomizado prospectivo utilizando a hipnose associada à psicoterapia de grupo mostrou uma redução de 50% da dor.

Os pacientes com dor crônica pelo componente afetivo-motivacional podem apresentar sofrimento, ansiedade, medo levando alterações de comportamento como irritabilidade, agressividade, depressão. A hipnose pode influir também sobre essas manifestações por meio das sugestões de relaxamento, sugestões de auto-estima e sucesso, contribuindo, além do alívio da dor, para melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Após o tratamento inicial com hipnose nos pacientes com dor crônica, especialmente devido a neoplasias, é importante ensinar o paciente a fazer auto-hipnose.

Uma prática eficaz é gravar a parte da consulta referente à hipnose propriamente dita e orientar o paciente para experienciá-la todos os dias ou mesmo várias vezes ao dia, segundo as suas necessidades. Alternativamente, pode-se elaborar especialmente uma gravação com os procedimentos que obtiveram as melhores respostas do paciente nas consultas iniciais.



Wellington J. Degam Furtado

Psicólogo CRP 08/05220-4

- 📍 Cidade Curitiba - Paraná
- ☎ (41) 99967.8080
- ✉ psicologowf@gmail.com
- 👤 @wellingtondegamfurtado

1 - Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras "Tuiuti"
1990 Diploma de Bacharelado em Psicologia

2 - Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras "Tuiuti"
1992 Diploma de Psicólogo

3 - Instituto: Orgone Psicologia Clínica
2005 Especialista em Terapia Corporal, (Bioenergética)

4 - Instituto: Orgone Psicologia Clínica
2007 Especialista em Terapia Relacional Sistêmica

5 - Instituto Superior de Educação da América Latina - ISAL
2009 Pós-Graduação em Neuropsicologia

CURSOS DE HIPNOTERAPIA

6 - Instituto Brasileiro de Hipnologia
2006 Curso de Hipnose Condicionativa

7 - Instituto Renascer de Hipnose
2008 Curso de Hipnose e Regressão

8 - Hipnoterapia Sofia Bauer
2011 Hipnoterapia Ericksoniana

09 - Instituto Leones Hipnose
2020 Curso de Hipnose Clássica e Clínica

10 - Instituto Lucas Naves
2022 Formação Internacional em Hipnose Clínica

11 - 2023 Pós -graduando em Psicologia Analítica