

Reseña

Jorge Cuadros Fernández

Dolor e hipnosis

Una de las aplicaciones de la hipnosis, indiscutibles e indiscutidas por la ciencia, es el manejo del dolor. Numerosas evidencias científicas han demostrado el potencial de la hipnosis en manos de los profesionales de la salud para el control del dolor en diversas situaciones médicas. El artículo de Thompson y colaboradores que reseñamos es una revisión de 85 estudios controlados en los que se demuestra la eficacia de la hipnosis en la reducción del dolor, cuando se compara con controles en los que no se utiliza la hipnosis. La revisión resalta la relación de la efectividad de la hipnosis con la hipnotizabilidad alta o media, así como con el uso de sugerencias hipnóticas directas. El meta-análisis concluye que estos

hallazgos sugieren que la intervención hipnótica puede proporcionar un alivio significativo del dolor para la mayoría de las personas, y por lo tanto puede ser una alternativa segura y efectiva a la intervención farmacéutica.

Thompson et al. (2019). The effectiveness of hypnosis for pain relief: A systematic review and meta-analysis of 85 controlled experimental trials. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* 99: 298–310.

