



712

Universidad Nacional Autónoma de México

FACULTAD DE ODONTOLOGIA

LA APLICACION CLINICA DE LA
HIPNOSIS EN ODONTOLOGIA.

DONADO POR D. G. B. - B. C.

TESIS PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TITULO DEL
CIRUJANO DENTISTA

PRESENTA

Alejandro Muñozcano Chávez

MEXICO D. F.

1920

15097



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

- I N T R O D U C C I O N -

El elegir el tema de hipnosis, fue motivado porque en ella encontramos una constante comunicación que es la base para una mejor práctica profesional.

En nuestra práctica debemos tomar muy en cuenta el modo peculiar de como cada sujeto se enfrenta a las contingencias de su vida que es uno de los factores determinantes de su salud y patología, al mismo tiempo hipnosis es una gran arma de la que nos podemos valer para hacer una serie de sugerencias para que el paciente se sienta más a gusto, más tranquilo y menos nervioso para cuando iniciemos su tratamiento y así podamos realizar una futura prevención, ya que esa es nuestra labor.

I N D I C E

	Pag.
Hipnosis su Naturaleza.....	1
Principios que fundamentan la inducción de la- Hipnosis.....	10
Motivación.....	11
Eliminación de Dudas y Temores.....	11
Preparación de la Mente del paciente.....	15
La Cirugía Dental con la Aplicación de la- Hipnosis.....	26
Hipnosis de Trance Profundo.....	27
Hipnosis de Trance Medio.....	28
Hipnosis de Trance Ligero.....	28
Principales Usos de la Hipnosis en odontología.....	30
Técnicas para la Inducción de la Hipnosis.....	38
La Inducción de la Hipnosis en los Niños.....	45
Técnica de Visualización de Imágenes.....	46
Procedimientos para la profundización del trance.....	49
Procedimientos Dentales en los Varios Niveles de Hipnosis.....	51
El Factor Tiempo en la Hipnosis Dental.....	52

HIPNOSIS SU NATURALEZA

Antes de estudiar las diversas técnicas para inducir el estado hipnótico, es necesario conocer algo sobre la naturaleza de la hipnosis y del papel importante representado por la sugestión, en la inducción del trance como en la terapia posterior. Existen -- distintas teorías con relación a la naturaleza del estado hipnótico.

El primer paso es tratar de aclarar lo que entendemos por -- sugestión y por sugestionabilidad. Las definiciones rara vez son completas, pero son necesarias para el entendimiento del tema.

Sugestión es el proceso mediante el cual un individuo acepta -- una proposición que se le hace, sin tener la más mínima razón lógica para hacerlo. En otro sentido, también se usa el término para describir una idea presentada a un individuo para que la acepte sin reservas.

Sugestionabilidad es el grado hasta el cual se inclina hacia -- la aceptación sin reservas de ideas y proposiciones. En otras -- palabras es una medida del grado hasta el cual reaccionará un individuo ante lo que se le dice, sin emplear sus facultades de crítica.

Quizá pocos nos damos cuenta de que pasamos todos los días de nuestra vida expuestos a sugerencias de varias clases. Los artículos editoriales en los periódicos diarios nos sugieren lo que debemos pensar sobre política; las vitrinas atractivamente arregladas de las tiendas sugieren lo que debemos comprar, los anuncios en revistas, posters en tableros o en las pantallas de televisión nos sugieren qué cigarrillos debemos fumar, qué clase de cerveza beber o qué pasta de dientes en particular usar. No importa a dónde vayamos, no podemos escapar por completo de esta batería de sugerencias que tiende a influir sobre nuestros pensamientos diarios y sobre nuestras acciones, en su mayor parte en forma totalmente inconsciente. Por cierto, el efecto de una sugestión en ocasiones puede ser muy retardado, como lo mostrará el ejemplo siguiente:

Supongamos que se tiene la costumbre de usar determinada marca de pasta para los dientes. Se ha usado durante años - y estamos muy satisfechos con ella, por lo que no tenemos la más ligera intención de cambiarla.- Un día, camino al trabajo, usted ve un nuevo "poster" notable con una leyenda sumamente ingeniosa anunciando la última novedad en pastas para dientes.- No puede menos que observarlo - piensa que es un anuncio muy atracti-

vo -, ahí es donde está el asunto. Usted no tiene la menor intención de comprarla; se encuentra muy satisfecho con la marca que está usando. Unos seis meses después, sale de paseo y cuando llega a su destino se da cuenta que ha olvidado su pasta de dientes. Va a la tienda de la localidad y pide su marca acostumbrada. Está agotada y le ofrecen varias alternativas de entre las cuales selecciona la que vio anunciada hace algunos meses. Mucho después que ha olvidado el anuncio original, todavía influye en usted para que compre ese producto en particular.

Es un error suponer que la sugestión sólo actúe sobre personas de voluntad débil, o sobre las que sean demasiado susceptibles. Incluso el individuo de voluntad firme puede ser influido por sugestión si ésta se hace en forma tal que la persona no tenga idea de que está siendo influida. Por ejemplo, si deseo influir en un hombre que tenga opiniones muy fuertes y decididas, nunca trataría de convertirlo a mis opiniones intentando convencerlo de que las suyas están equivocadas. En el curso de la conversación no haría yo más que plantar una semilla de duda en su mente respecto a si las conclusiones que está adelantando eran, en realidad, todo lo correctas que creía. Esto, ciertamente que no influiría en él por el momento, así, sólo dejaría caer el asunto y dejaría que lo que-

había dicho lo penetrara. Ahora, cualquier idea introducida en esta forma, es probable que esté latente por algún tiempo; pero cuando al fin surta efecto es factible que la persona adolante - opiniones en completo acuerdo con las mías y creará firmemente - que se han originado en él. Mediante la sugestión indirecta, no tendrá la más ligera sospecha de que yo tuvo algo que ver con la modificación de sus opiniones. Uno de los mejores ejemplos de - sugestión insidiosa que opera en esta forma se encuentra en una - do las obras de Shakespeare, cuando las sutiles y mortales insi-- nuaciones de Iago hacen efecto en la mente de Othelo. Y aquí se - descubre una verdad muy significativa y de importancia: El poder de la sugestión se aumenta en forma tremenda cuando actúa sobre - la mente inconsciente más que sobre la consciente.

Ahora, es necesario aventurar una sencilla definición del -- estado hipnótico, la cual, cubrirá en forma adecuada muchos de - los hechos observados.

La hipnosis es esencialmente un estado especial de la mente - que por lo general es inducida en una persona por parte de otra. - Es un estado mental en el cual las sugerencias no sólo son acepta - das con más facilidad que en el estado de vigilia, sino que actuan - en forma más poderosa que la que sería posible en condiciones - -

normales. En otras palabras, el estado hipnótico siempre va acompañado por un aumento en la sugestionabilidad del sujeto.

Ahora, se presenta el asunto de por qué las sugerencias son aceptadas más y actúan con más facilidad en el estado hipnótico que en el estado de vigilia. En forma muy breve, la respuesta se encuentra en el sencillo hecho siguiente: En el estado hipnótico, la facultad de crítica está parcial o totalmente suprimida.

Para entender la forma en que esto ocurre, primero debemos aceptar el concepto de mente inconsciente. Este postula que existe en todos una porción de la mente que siempre está influyendo sobre nuestro pensamiento y nuestra conducta y cuya existencia por lo general ignoramos. La mente consciente piensa, siente y actúa en el presente. La mente inconsciente constituye la mayor parte de la mente y que por lo general estamos por completo ignorantes de su existencia. Es el asiento de todos nuestros recuerdos, de nuestras experiencias y de todo lo que hemos aprendido. A este respecto se parece a un gran archivero al cual podemos consultar para refrescar nuestra memoria siempre que tengamos necesidad de hacerlo.

En el existe una gran cantidad de información almacenada para la cual no se tiene un uso inmediato y que no se puede

esperar tener en mente. No obstante, se sabe dónde se encuentra -- siempre que se necesite. En tales ocasiones, se va archivando, -- se abre una de sus gavetas, se saca la carpeta adecuada y se consulta, llevando a lo consciente la información necesaria. Pero -- el archivero en sí no puede utilizar la información que tiene almacenada. Algún día tiene que ir a él, sacar la información requerida y llevarla al consciente antes de poder utilizarla.

El mismo proceso tiene lugar siempre que se tenga que hacer uso de algún conocimiento previo o experiencia obtenida. Por -- ejemplo si yo le hago una proposición que usted desea criticar, -- tiene que abrir la gaveta del inconsciente y extraer los recuerdos necesarios y la información para volverle a llevar al consciente. Sólo entonces podrá criticar lo que he dicho, a la luz de su experiencia y de sus conocimientos anteriores.

Las conclusiones importantes que podemos tomar pueden resumirse en la forma siguiente:

1.- El poder de crítica está restringido, en su mayor parte, a la mente consciente.

2.- Sólo en virtud de esto, es que la mente consciente posee la facultad de rechazar cualquier sugestión que puede hacerse.

3.- Cuando las sugestiones rebasan la mente consciente, como

sucede en la hipnosis, penetran en forma directa a la mente inconsciente que, como ejerce poco o ningún poder de crítica, es por completo incapaz de rechazarlas y el individuo actúa de acuerdo con ellas.

Por lo tanto, las sugerencias no sólo son aceptadas con más facilidad, sino que realizan en grado más pleno durante el estado hipnótico, puesto que se obtiene un acceso directo al inconsciente. Ahora, estamos en condiciones de definir ciertos principios adicionales aplicables al estado hipnótico.

a.- La respuesta a la hipnosis dependerá del grado hasta el cual se suprime el poder de crítica y el poder de rechazo que normalmente son ejercidos por la mente consciente.

b.- La profundidad de la hipnosis en cualquier caso dado estará relacionada con el grado de supresión lograda. Una supresión ligera dará como resultado sólo una hipnosis ligera; una supresión total dará como resultado una hipnosis profunda.

c.- Mientras más se suprime la mente consciente, más aumentará la sugestionabilidad del individuo.

La consideración de otra sencilla analogía puede ayudar a mostrar con más claridad lo que se trata de lograr al inducir el estado hipnótico.

Si observamos un iceberg sabemos que sólo podemos ver una octava parte de su volumen total sobre la superficie de las olas; siete octavas partes están ocultas a la vista. Lo que intentamos hacer cuando principiarnos a inducir es hacer que el iceberg se vuelque, de manera que las siete octavas partes que están ocultas salgan a la superficie y desaparezca la octava parte visible. En otras palabras, la mente inconsciente sale a la superficie, es más accesible y tiene eventualmente un control temporal. Más aún, el grado de desplazamiento que se logra corresponderá en términos generales a los estados de hipnosis. Si el iceberg sólo se inclina un poco, el resultado será una hipnosis ligera y el poder de crítica estará un poco deteriorado. Si se inclina unas tres cuartas partes, el resultado será una hipnosis de media a profunda; el poder de crítica estará más obstaculizado y habrá aumentado mucho la sugestionabilidad del sujeto; incluso entonces, no estará abolida por completo. Pero cuando el iceberg queda por completo invertido, el resultado será una hipnosis muy profunda. En este caso, la mente consciente habrá desaparecido por completo de la superficie y quedará inactiva en su totalidad. La mente inconsciente habrá asumido un control temporal y el poder de crítica habrá sido eliminado en su totalidad.

Al tratar de inducir la hipnosis, el principal problema es bloquear la mente consciente para hacer uso del grado incrementado de sugestionabilidad que seguirá en forma inevitable. Afortunadamente, esta no es una tarea tan formidable como podría parecer, ya que el secreto se encuentra en un hecho sencillo, pero universal.

Incluso en la vida diaria, siempre que concentra uno la atención, se induce una tendencia a dividir al consciente, lo que hace que el inconsciente sea mucho más accesible.

Tanto las acciones como el comportamiento de una persona profundamente hipnotizada han sido muy bien comparadas con las de una persona distraída. Ahora, la distracción es un estado mental que se presenta de pronto y pasa con igual rapidez y de súbito. En un ataque de distracción así, un individuo con frecuencia principiará a trabajar, lo hará en forma tan eficaz y meticulosa como lo haría con la mente en su estado normal; sin embargo, cuando el ataque de distracción termina en forma súbita, observará lo que está haciendo y dirá: "¡tanto cielo! cuándo comencé a hacer esto?" En su estado más profundo, el estado hipnótico es muy similar a éste. Ciertamente podría considerarse como un estado de distracción controlada que puede prolongarse siempre que uno lo desee, prolongarse tanto como se considere necesario y puede darse por terminado en el momento en que ya sea útil.

PRINCIPIOS QUE FUNDAMENTAN LA
INDUCCION DE LA HIPNOSIS

La principal indicación para la inducción con éxito de la hipnosis radica en la fijación de la atención. En el momento en que usted fija intensamente la atención sobre algo, el campo de la conciencia se reduce y se hace accesible la mente inconsciente. Las sugerencias, a continuación, se deslizan rebasando la mente consciente, entran a la inconsciente en donde son aceptadas y obedecidas sin crítica. Más aún, toda sugestión que es aceptada y obedecida aumenta mucho la sugestionabilidad del sujeto y facilita la profundización gradual de la hipnosis. Entonces, ahora podemos enumerar ciertas condiciones que son esenciales para la inducción con éxito del estado hipnótico.

Motivación.

Eliminación de dudas y temores.

Fijación de la atención.

Limitación del campo de la conciencia.

Relajamiento y limitación de los movimientos voluntarios.

Monotonía.

Supresión de todas las ideas, excepto aquellas sobre las cuales debe fijarse la atención.

Debemos principiar por examinar las primeras dos con detalle, puesto que suelen ser los factores determinantes entre el éxito y el fracaso.

MOTIVACION

Por lo general es casi imposible hipnotizar a una persona -- contra su voluntad, pues para tener éxito, el sujeto debe estar -- dispuesto y sin temores. Debe desear cumplir con las sugerencias del hipnotizador o creer que, pese a su propia voluntad, no puede resistir. Por cierto: mientras más se pueda aumentar el deseo de una persona a ser hipnotizada, más probable éxito tendrá la inducción. En consecuencia, el paso de más importancia en todos los -- preliminares de la inducción es la preparación de la mente del sujeto para que la acepte -- como si se fuera a abonar un terreno-- Esto no es una tarea difícil, siempre que se ejecute sistemáticamente. Trate de averiguar si el sujeto desea en realidad ser hipnotizado --si cree en la hipnosis-- y si cree que valga la pena realizar un tratamiento odontológico.

ELIMINACION DE DUDAS Y TEMORES

Existe otro paso preliminar de vital importancia. Se comprende muy bien que muchos pacientes sean tímidos, ansiosos y aprensivos y por cierto que nunca entrarán en estado hipnótico sino hasta

ue sus temores hayan sido disipados. Estos temores y ansiedades, -
ue pueden ser obstáculos serios para la inducción del trance, por-
o general caen en dos categorías.

1.- Temor al fracaso y mucha ansiedad por el éxito. Uno condu-
e a lo otro en forma inevitable y juntos crean muchas dificultades.
ebe recordarse que muchos de los pacientes que llegan a usted para
er hipnotizados ya han intentado casi todos los demás métodos de -
tratamiento sin éxito. En consecuencia, están convencidos de que -
la hipnosis puede ofrecerles una oportunidad más agradable. Esto -
podría ser muy conveniente, pero por desgracia el paciente cree que
está arriesgando tanto que la mera posibilidad de un fracaso lo ate-
rra y por lo tanto, espera el éxito con mucha ansiedad. Esto produ-
ce tanta tensión mental y ansiedad que le es imposible relajarse o
incluso concentrarse lo suficiente para que la inducción tenga éxi-
to. Y a menos que se adopten con presteza medidas para contrares--
tar esto, ofreciéndoles las aseveraciones más positivas, todos los
intentos de inducción terminarían en fracaso.

Incansante, el paciente considera a la hipnosis como una - -
prueba de su habilidad para actuar y como el neurótico siempre está
temeroso de un fracaso, la dificultad será inevitable.

2.- Temor al estado hipnótico en sí. Esta dificultad en particular es la que se encuentra con más frecuencia. Por cierto, - existe un asombroso y creciente número de pacientes que están tan temerosos como recelosos de lo que comprende la hipnosis y a quienes no les agrada mucho la idea de perder su control. Las dudas y temores tales como éstas siempre se deben al concepto equivocado, - de parte del paciente, respecto a lo que es probable que suceda en el estado hipnótico.

En ocasiones el paciente tendrá un desconocimiento total de su dificultad, ya muchas personas se muestran tanto ansiosas como dispuestas a someterse a la hipnosis y sin embargo, en forma por completo inconsciente, en sus mentes existen estos temores. Bajo estas circunstancias, la mente apelará a cualquier excusa o razón para no perder el control. Esta resistencia inconsciente puede mostrarse en formas distintas. Durante la verdadera inducción, el paciente puede aparecer que está sumamente divertido e incluso reír. Por otra parte, puede quejarse de malestar físico. Ambas reacciones son evidencia de la resistencia inconsciente a la hipnosis y -- son meras racionalizaciones, por lo que es de mucha importancia convencerlo de que nada sobrenatural está sucediendo y que de ninguna manera se le ridiculizará.

En ocasiones, puede presentarse la situación inversa, la que hace resaltar, con más fuerza aún, la significación de las actitudes inconscientes, ya que un deseo inconsciente de ser hipnotizado en ocasiones puede ser más fuerte que el deseo consciente de resistir. Bajo estas circunstancias, muchas personas que luchan para no sucumbir en un trance, son por completo incapaces de permanecer despiertos una vez que se ha iniciado el proceso de inducción.

para tener éxito con las inducciones, deben tratarse en forma adecuada todas las dificultades de este tipo antes de principiar. Por cierto, la preparación de la mente del sujeto es la más importante de todas las etapas para inducir con éxito la hipnosis. La mayoría de los fracasos al inducir el estado hipnótico se deben a la falta de una preparación adecuada del sujeto y a la falta de una discusión apropiada antes de intentar la inducción.

Este problema presenta más dificultades al Odontólogo que al Médico General, ya que el Cirujano Dentista que desea usar la hipnosis para lograr relajamiento o anestesia, por necesidad debe inducir con rapidez. Por fortuna, en muchos casos esto no es tan esencial ya que un número considerable de pacientes dentales, que por lo demás disfrutaban de buena salud, es probable que resulten más susceptibles y menos difíciles que muchos de los casos con los que

les tiene que tratar el Médico General. Pero si bien es fuente de la motivación de tales pacientes para la hipnosis, no debe olvidarse que el Odontólogo tiene otros problemas que resolver -EL TEMOR DE VISITARLE Y EL DE LA AGUJA HIPODERMICA-. Sin embargo, la preparación adecuada del paciente no es necesariamente un procedimiento prolongado, pero no obstante, el tiempo que en ello se invierte -nunca es desperdiciado.

PREPARACION DE LA MENTE DEL PACIENTE

Existen ciertas dificultades que se presentan de tiempo en -- tiempo, cualesquiera de las cuales puede interferir seriamente con el éxito en la inducción de la hipnosis.

- 1.- Una equivocación total de lo que es probable que --- ocurra en el estado hipnótico.
- 2.- Confusión del sueño hipnótico con el sueño normal.
- 3.- La amnesia a continuación del trance.
- 4.- La parte que desempeña la "fuerza de voluntad" al -- inducir el trance.
- 5.- El temor a ser dominado por el hipnotizador.

1.- Principio por preguntarle lo que sabe o lo que ha oído -- sobre la hipnosis y lo que espera que suceda durante el estado -- hipnótico y después de éste. Casi siempre encuentro que, si en -- que acaso sabe algo, sus ideas se han derivado de artículos perio-

disticos, narraciones sensacionales en revistas y actuaciones en teatro o en televisión.

Con mucha frecuencia encuentro que espera estar por ejemplo inconsciente durante el período del trance y que no recordará absolutamente nada una vez que despierte otra vez. En consecuencia, le explica que la hipnosis odontológica no es así y que en realidad es difícil que ocurran algunas de las cosas que espera.

2.- Le digo que no hay una verdadera semejanza entre el sueño hipnótico y el sueño ordinario. Aún cuando en el transcurso de la inducción principiará a sentir que sus ojos están cada vez más cerrados, y que se le cerrarán en igual forma que cuando duerme todo el tiempo que permanezcan cerrados, él permanecerá tan despierto y alerta como si los tuviera abiertos. Por lo general se describe con las palabras que siguen:

"Cuando usted se duerme por la noche con la cabeza en la almohada, sus ojos parecen estar cada vez más cerrados, hasta que al final se cierran. En el momento en que se duerme, queda por completo inconsciente, sin darse cuenta de los alrededores, sino hasta que despierta.

Si entrara a su recámara y le hablara quedamente, sin desperdicio, usted no se enteraría de que me encontraba ahí y no escucharía

-ría una sola de mis palabras.

Cuando se duerme con un sueño hipnótico, sus ojos principia-- rán a sentirse cansados y se cerrarán, en la forma exacta en que lo hacen cuando se duerme por las noches. Pero existirá una diferencia de importancia: No perderá la conciencia ni un solo momento. Permanecerá tan alerta y despierto como lo estaba antes de que sus ojos se cerraran. Todavía sabrá que se encuentra en esta habitación conmigo. Podrá oír todo lo que le digo. Si le hago una pregunta, podrá responderme sin despertar.

Si quedara inconsciente como en el sueño ordinario, no podría escucharme en absoluto y si no puede oír lo que le digo, ¿cómo es posible que pudiera ayudarlo?

Inclusive al entrara en el trance más profundo, siempre podría escuchar todo lo que le dijera y permanecería sabedor de todo lo que sucede."

Posteriormente se le hace entender al paciente diciéndola que va a demostrársela exactamente lo que puede esperar sentir cuando se encuentra en el estado hipnótico.

"Quiero que se recueste en la silla y cierre sus ojos unos momentos. No los abra sino hasta que yo le diga. Límitese a escuchar lo que digo. Ahora, está vívidamente recordado en la silla."

con los ojos cerrados y si alguien entra a la habitación pensará -- que está profundamente dormido.

Pero usted sabe que no está dormido. Está usted tan despierto como antes que cerrara los ojos.

Puede escuchar todo lo que estoy diciendo.

Si sonara el teléfono, usted lo escucharía. Y si yo lo contestara, no podría menos de interesarse un poco en lo que diga."

Ahora, se le ordena al paciente que abra los ojos y le explico el propósito de lo que acaba de hacer.

"No importa la profundidad del estado hipnótico, siempre sentirá casi lo mismo que sintió ahora, a excepción de una ligera diferencia.

Si entrara en un trance muy profundo, todavía permanecería -- completamente enterado de todo lo que pasa, pero se sentiría tan -- lejano que parecería que nada le importaba en absoluto. Todavía -- podría escuchar el timbre del teléfono y lo que diría al contestarlo, pero parecería tan lejano que no le interesaría nada de lo que dijera. Es posible que se pregunte por qué se considera este asunto con tanto detalle. La razón es sencilla y de mucha importancia.

Muchas personas parecen preocuparse con una impresión mental -- equívoca -- cuando son hipnotizadas, suponiendo experimentar una especie

-cie de "apagón" durante el trance y no recordar nada de lo que sucederá. Aún cuando esto no es un impedimento serio para la inducción de una hipnosis ligera con cierre de ojos espontáneo, suele ser muy difícil, si no imposible, profundizar más la hipnosis. El sujeto cerrará los ojos, entrará en un estado de hipnosis ligera y no tratará de abrirlos sino hasta que se lo indique, pero dejará de responder a cualquier técnica de profundización. Una vez que despierte, acostumbra a decir: "No creo que haya sido hipnotizado. En realidad nada me sucedió. Sabía todo lo que estaba pasando" y siempre que el sujeto tenga alguna duda en la mente respecto si ha sido o no hipnotizado, tendrá muchísima dificultad para inducirlo a una etapa más profunda. Por cierto, si usted lo intenta y fracasa, es muy probable que diga: "Necesito una prueba de que algo ha sucedido. Si puedo convencirme de que he sido hipnotizado, podré profundizarme más."

Desafortunadamente, está pidiendo un imposible en casi primeras etapas, ya que sólo cuando se ha logrado una profundidad considerable se puede obtener una prueba satisfactoria. De esta modo es probable que se origine una situación embarazosa si el sujeto dice: "Necesito una prueba de que he sido hipnotizado y podré profundizarme más." El sujeto podrá replicar: "Permítame profundizarme más."

le daré muchas pruebas", siendo el resultado un total círculo vicioso. Ciertamente, las probabilidades son de que usted no adelantará mucho con este sujeto en particular.

Si antes de intentar la inducción, le ha dado al sujeto una -- completa explicación de lo que debe esperar y de lo que es probable que sienta, no se presentará esta particular dificultad. En ocasiones, a tal paciente le resultará difícil creer que en realidad haya sido hipnotizado, a pesar de todas sus explicaciones, pero es muy curioso que si éstas han sido hechas, sus dudas ya no serán lo bastante fuertes para impedir una profundización adicional.

3.- Informar al paciente que no debe esperar necesariamente -- olvidar todo lo que ha sucedido durante el trance una vez que está una vez totalmente despierto. Debido a que es probable que el sujeto haya visto demostraciones de experimentos hipnóticos en televisión, en las cuales se utilizan sujetos especialmente entrenados, suele tener la idea de que exactamente lo mismo le sucederá a él si permite ser hipnotizado. Es de máxima importancia el hecho de que una persona esperará sufrir una completa pérdida de memoria respecto a lo que haya ocurrido durante el estado de trance y cuando se le recuerda de que recuerda todo lo acontecido, estará cierto de que nunca se le olvidará nada hipnotizado. En consecuencia, el sujeto debe

de corregir sus opiniones sobre estos puntos, en especial respecto a la pérdida de memoria que anticipa; encontrará exactamente el mismo escepticismo que con anterioridad hemos discutido y será inevitable un resultado similar.

Por lo general informo al paciente que pocas personas son capaces de lograr tal profundidad y que para propósitos médicos ordinarios ciertamente no es necesaria y muy rara vez conveniente. Le explico que los sujetos que ha visto han sido especialmente entrenados para alcanzar una gran profundidad, para poder tomar parte en trabajos experimentales y de investigación. También le indico que en la hipnosis médica de rutina rara vez presenta la "pérdida de memoria" y que es raro que se trate de inducirla, ya que no es esencial para los propósitos de tratamientos comunes. Sin embargo, si por azar -- olvidara en forma espontánea lo que había ocurrido en el transcurso del trance, tampoco habría porqué preocuparse. Eso sólo quería decir que es un buen paciente y que todavía podría recordar algo que en especial quisiera.

4.- Explico al sujeto que si bien la fuerza de voluntad es de suma importancia en la inducción de la hipnosis, la verdad es que es su propia fuerza de voluntad la que desempeña un papel importante, -- no la del hipnotizador. Existe una impresión muy difundida entre el

público general que si usted permite ser hipnotizado, no tendrá otro camino sino obedecer todos los mandatos del hipnotizador. Que es su gran fuerza de voluntad lo que hace que usted se someta por completo con el resultado de que cumplirá sus órdenes en forma casi automática. Esto, desde luego, se eslabona con la dificultad que sigue en nuestra lista, -el temor a ser dominado- con el temor de perder su control, como ya hemos mencionado.

Informe al sujeto que si en realidad creyeramos que eso era verdad, pensaba que entonces muchos de nosotros no estaríamos dispuestos a ser hipnotizados. Sé que yo lo permitiría.

Si la hipnosis sólo se produjera merced a la más intensa fuerza de voluntad del hipnotizador, la consecuencia lógica sería que sólo se podría hipnotizar a las personas de voluntad muy débil. Ciertamente que éste no es el caso, ya que es un hecho real que lo inverso es lo cierto, siempre es difícil y en ocasiones imposible, hipnotizar a individuos de voluntad muy débil. Esto se debe a que el individuo con voluntad débil no puede concentrarse lo suficiente y no se puede retener su atención el tiempo necesario para permitirle entrar al estado hipnótico. Por otra parte, entre las personas más fáciles de hipnotizar en el mundo, se cuentan los hombres de negocios de voluntad fuerte, magnánimas y parados de sí mismos, que tienden a

aterrozar a sus secretarias y a intimidar a sus ejecutivos, siempre y cuando sean sujetos dispuestos y con deseos de tener éxito. Esto se debe a que pueden usar su fuerza de voluntad para obligarse a sí mismos a concentrarse intensamente sobre cualquier cosa que -- deseen aumentando así su susceptibilidad.

5.- Aseguro al sujeto que no necesita tener ningún temor de -- ser dominado por el hipnotizador y que nunca será obligado a hacer o a decir algo a lo cual se oponga decididamente. Le explico que -- si uno fuera a tratar de obligarlo a hacer tal cosa, ello origina-- ría un conflicto mental --puedo pero no debo-- que lo despertaría en-- forma espontánea o mostraría tal inquietud mental y tanta ansiedad-- que no quedaría otra alternativa sino despertarlo de inmediato.

Soy completamente honesto con él y le digo que si me permite -- inducir un estado de trance realmente profundo, no habrá ninguna du-- da de que se sentirá obligado a obedecer mis instrucciones en forma implícita, pero sólo hasta donde él esté dispuesto a hacerlo y a -- someterse temporalmente a mi autoridad. Y no podría obligarlo a ha-- cer algo a lo cual tenga una objeción arraigada. También le doy se-- guridades de que aparte de los pasos necesarios acostumbrados para-- inducir la hipnosis y profundizarla, no se hará nada más y no se le-- illa a obedecer a ningún autoritarismo sin su previo consentimiento.

Podría parecer que he considerado este tema de preparación de la mente del sujeto antes de la inducción, con una longitud innecesaria. Pero puedo asegurar que esto está lejos de ser el caso. Lo que he hecho en forma deliberada debido a que creo firmemente que es la llave para el éxito y que resultan más fracasos de una preparación apresurada y equivocada que de cualquier otra causa. El tiempo que se invierte en eliminar los falsos conceptos, las dudas y los temores, nunca es desperdiciado. No sólo asegurará inducciones más rápidas y con éxito, sino que los fracasos serán menos frecuentes.

Cuando he terminado mis explicaciones al sujeto, siempre le pregunto si tiene algunas otras preguntas que hacerme. En caso afirmativo, al contestarlas por lo general disipo cualesquiera dudas y temores que hayan quedado, asegurando así su total cooperación y confianza.

Le permito ver con toda claridad que la hipnosis es esencialmente un asunto de trabajo en equipo entre el médico y el paciente. Que sin embargo, la parte que él desempeña es de tanta importancia como la mía y que sin su cooperación y buena disposición nada puede lograrse.

Por consiguiente, más allá de estas explicaciones preliminares, pueden

omitirse en el caso de un niño, a menos que sea muy tímido y nervioso; los niños, son en términos generales mucho más fáciles de hipnotizar que los adultos. Los niños son mucho menos críticos y por lo general, más razonables para la persuasión y sugestión. Aquí se puede confiar casi por completo en el "factor prestigio", combinado con un acercamiento simpático y comprensivo. Ciertamente, en la mayoría de los casos, se encuentra que basta la explicación más sencilla y calculada para inspirar confianza.

En lo general se les dice a los niños que nos gustaría enseñarles la forma de entrar en una clase especial de sueño. Que aún cuando sus ojos principien a fatigarse, se contarán exactamente en la forma en que lo hacen cuando duermen por la noche que será por completo distinto porque podrán escuchar todo lo que diga incluso podrán hablar conmigo sin despertar. Dado el caso de que me haya ganado la confianza del niño y haya tenido éxito en despertar su interés, encuentro que en términos generales, es todo lo que se requiere.

LA CIRUGIA DENTAL CON LA APLICACION DE LA HIPNOSIS

Si bien el uso de la hipnosis en la cirugía dental ha sido reconocido y apreciado por muchos años, sólo hasta recientemente asumió el lugar que le correspondía. Muchos trabajadores en este campo, tales como Radin, Becker, Front y Wooker, en Inglaterra, han escrito y han dictado conferencias sobre el tema y en los Estados Unidos, Moss, Sexter, Heron y Weinstein, son conocidos por las valiosas contribuciones que han hecho para ampliar nuestros conocimientos en este respecto.

Todo odontólogo está propenso a encontrar un número limitado de pacientes que pueden pasar con éxito todas sus operaciones dentales, dolorosas o de otra índole, sólo bajo hipnosis. Sin embargo, con -- frecuencia se cree que muchos de los procedimientos hipnóticos recomendados en odontología en el pasado llevan demasiado tiempo y son -- muy laboriosos para el dentista ordinario que trabaja en su propio -- consultorio, pero a la luz de lo que se conoce en la actualidad sobre el número de personas que pueden ser hipnotizadas en trances ligeros, medios e incluso profundos, gradualmente se ha llegado a comprender, en un grado cada vez mayor, que el empleo de estas valiosas -- estados de trance pueden dar al dentista una ayuda considerable en --

-casos selectos. Además, en el servicio de hospital, en donde el factor tiempo nos presiona tanto y las condiciones de muchos pacientes son tan serias que se requiere dedicarles más tiempo, bien podría usarse la hipnosis en una forma más amplia que en el presente.

HIPNOSIS DE TRANCE PROFUNDO.

Es obvio que con los pacientes que pueden lograr un estado de trance profundo al primero o segundo intento, la odontología no presentará problemas. La mayoría de ellos lograrán éxito al producir una analgesia completa y muchos desarrollarán una amnesia total para operaciones tales como las que se ejecutan. En estas circunstancias no existe una forma más rápida o más fácil de practicar cualquier operación dental. Puede sentarse al paciente en el sillón y hacerlo entrar en forma instantánea al estado de trance por una señal condicionada, o en unos 10 segundos con un procedimiento de inducción normal. La anestesia, en el área intentada para la operación, puede obtenerse en otros 10 segundos y el dentista puede continuar con su rutina a los 30 segundos de que el paciente entró al consultorio. Desafortunadamente, esto sólo es posible en un porcentaje muy pequeño de la población total y en consecuencia es completamente inaplicable como medida rutinaria.

HIPNOSIS DE TRANCE MEDIO.

Un número considerable de pacientes puede alcanzar una etapa intermedia de analgesia. Si bien no hay duda de que sienten algún dolor, sienten mucho menos bajo hipnosis que el que sentirían en estado de vigilia. Aún cuando de ninguna manera están completamente analgias, pueden ser ayudados muchos por la hipnosis. Mi propia convicción es que puede mitigar mucho el pinchazo de la aguja al aplicar la anestesia por la sugestión directa bajo la hipnosis que la analgesia del mucoperiostio que se haya obtenido en el área de la inyección.

HIPNOSIS DE TRANCE LIGERO.

Desde luego, el mayor número de pacientes sólo lograrán los trances ligero o medio, a menos que el hipnotizador esté preparado a dedicar mucho tiempo y esfuerzo. Incluso en estas circunstancias la hipnosis todavía prueba ser una valiosa medida de apoyo hacia la terminación del tratamiento fijado. Todos conocemos al tipo de paciente que está abrumado de ansiedad y aprensión cuando finalmente llega a nuestro consultorio. También estamos familiarizados con el paciente que si bien hace esfuerzos agotadores para controlarse, resulta obvio que lo encuentra tan difícil que queda en un estado sumamente excitable y tenso mientras trabajamos con él. En todos estos pacien-

-tes, la inducción del estado hipnótico aliviará sus temores, reducirá su ansiedad y aprensión; y producirá sensaciones de relajamiento, tranquilidad y bienestar en un grado mayor o menor. Bajo hipnosis el dentista puede sugerir directamente al paciente que podrá relajarse, que no hay necesidad de que se preocupe, que disminuirá su tensión y su aprensión, que podrá tratar de ayudar al odontólogo en - - cualquiera que sea el procedimiento que esté aplicado. Incluso este nivel de trance, en el cual las sugerencias pueden ser muy potentes y efectivas, constituye uno de los más valiosos y aplicables de la hipnosis en odontología.

Como dentista que en ocasiones usa con regularidad la hipnoterapia, debo prevenir al futuro dentista contra las adulaciones de los pacientes que desean ser innecesariamente hipnotizados o que lo solicita para el alivio de padecimientos que no encajan en el cuadro dental. Parece que el odontólogo de quien se sabe practica la hipnosis tiende a convertirse en el blanco de la mayoría de los maniáticos, en medicina y odontología, del campo en que practican. No puede subrayarse demasiado que el dentista que se aventura fuera de la esfera de la odontología, para ampliar su visión o para complacer a su clientela, está haciéndolo corriendo mucho riesgo por su parte. Lamentablemente, parece que existe un número apreciable de tales ma-

-niáticos en todos los campos y parece que se sienten atraídos hacia la hipnosis como una abeja hacia la miel.

Los intentos de tales personas o del público general para tener un lazo a la profesión dental, para usar la hipnosis para otros propósitos que los estrictamente dentales deberán ser resistidos con firmeza. La mayoría de los médicos y dentistas que emplean la hipnosis con regularidad consideran que cualquier intento de un profesionalista sin experiencia psiquiátrica que se salga de su campo, está colmado de peligros. Por lo tanto, el dentista debe confinar por completo su actividad al campo odontológico, incluso con el riesgo de molestar a las personas que deba rechazar para tratarlas de otros padecimientos. Por ejemplo los odontólogos que practican la hipnosis, constantemente son solicitados para curar a personas del hábito de fumar. Si bien es cierto que la hipnosis puede ayudar a lograr esto, sólo debe emprenderse bajo una guía médica competente, ya que siempre existe el peligro de que la adicción puede ser transferida de la nicotina a algo más peligroso.

PRINCIPALES USOS DE LA HIPNOSIS EN ODONTOLOGIA

- 1.- Obtención de relajamiento.
- 2.- Lograr la cooperación de los que no cooperan.
- 3.- Reducción de ansiedad y temer.

- 4.- Preparación del paciente para la anestesia.
- 5.- Producción de analgesia.
- 6.- Producción de amnesia.
- 7.- Control de desfallecimientos.
- 8.- Control de sangrado.
- 9.- Control de salivación.
- 10.- Inducción de la rigidez muscular en el maxilar y en el cuello.
- 11.- Extensión del período de analgesia.
- 12.- Tolerancia de la toma de impresiones sin náuseas o ahogos.
- 13.- Mejoramiento del esfuerzo necesario para soportar el uso de aparatos protésicos y de ortodoncia.

Esta lista constituye un catálogo completo de la mayoría de los usos en los cuales el odontólogo aplica la hipnosis en su práctica normal.

1.- Obtención de relajamiento.-Es bien sabido que el paciente que es muy nervioso tiene un umbral de dolor más bajo y en consecuencia estará bajo tensión creciente a medida que continúa la operación. También se reconoce que si se puede reducir este estado de tensión - ya sea por drogas, o en el caso de la hipnosis dental, por sugestión se elevará el umbral de dolor del paciente a un grado tal que resul-

-tarán tolerables para él las operaciones sencillas que no impliquen mucho dolor.

2.- Obtención de la cooperación.-Incluso sin la inducción se ha encontrado que muchos pacientes a quienes se da ánimo y se les habla con tranquilidad en estado de vigilia, en tanto progresa su tratamiento, llegan a esta más relajados y son más accesibles, facilitando así el tratamiento. En los estados de trance ligeros y medios, este efecto puede aumentarse tremendamente.

3.- Disminución de ansiedad y temor.-La mayoría de los pacientes normales que visitan a su odontólogo sienten algo de temor. Quiénes nos han estado visitando por mucho tiempo quizá ya no nos temen. Pero los más recientes, cuya confianza no nos hemos ganado por completo por falta de oportunidad y quienes han experimentado sesiones tan desagradables en el pasado, mostrarán un temor muy activo. Si puede tomarse medidas adecuadas para eliminar esto, se producirá un estado mental en el cual el tratamiento resultará más aceptable y se elevará una vez más el umbral del dolor. Esto se puede lograr en algunas ocasiones mediante una plática franca con el paciente en estado de vigilia, en el curso de la cual se obtiene su confianza. En otras ocasiones, la hipnosis puede usarse con mucha ventaja, ya que se puede hacer directamente que sus temores de una cita con el

odontólogo dejarán de existir, que podrá permitir que se lleve a cabo el tratamiento necesario; que no experimentará temor de ninguna especie durante todo el tiempo que esté con el odontólogo. En forma similar, puede emplearse la sugestión directa bajo hipnosis para reducir el temor a una operación determinada que se proponga. Por fortuna, las sugestiones de esta clase pueden resultar muy efectivas en los estados de hipnosis más ligeros, de manera que la gran mayoría de nuestra clientela puede realmente ser ayudada en esta forma. En verdad, respecto a la disminución de la ansiedad y temor; y al logro del relajamiento, diría que cuando menos nueve de diez pacientes pueden ser ayudados con el uso de la hipnosis.

4.- Preparación para anestesia local o general.-La mayoría de los especialistas anestesiólogos tienen la costumbre de emplear una técnica relajante al hablar con sus pacientes antes de aplicar la anestesia. En la cirugía dental, este método puede adoptarse provechosamente antes de administrar monóxido de nitrógeno y oxígeno y -- posiblemente algunos agentes anestésicos intravenosos. Se hacen las sugestiones adecuadas en un tono de voz tranquilo y adormilado; y se mantiene la monotonía durante toda la real inducción de la anestesia. La hipnosis suele sobrevenir mucho antes de que la anestesia sea completa. Si sólo se requiere una anestesia local, puede inducirse en

estado mental completamente relajado y somnoliento usando una técnica hipnótica similar y es interesante hacer notar que en estas circunstancias la cantidad del anestésico local necesario para obtener una anestesia adecuada para la operación que se proponga, con frecuencia puede reducirse sustancialmente.

5.- Producción de analgesia.-Se puede obtener cierto grado de analgesia parcial o total, en no más del 30 por ciento de los pacientes, pero la analgesia completa sólo se podrá obtener en algunos casos, incluso entonces esto suele requerir varias visitas para lograrla. Por lo tanto, la analgesia completa, si bien es preciosa para trabajar con ella cuando puede lograrse, debe ser considerada como la excepción más que como la regla, en tanto que sí pueden lograrse diversos grados de analgesia parcial.

6.- Amnesia.- (Solo en algunos casos muy especiales) con frecuencia puede inducirse una pérdida completa de la memoria para un procedimiento odontológico en los sujetos de trance profundo que pueden lograr un alto grado de analgesia. Esto puede ser utilizado con gran beneficio para el paciente, siempre que una operación sea prolongada o particularmente molesta. Bajo tales circunstancias, se puede tratar de aumentar la susceptibilidad del paciente a la amnesia médica varios subterfugios, tales como la sugestión de que la

mente se ha quedado en blanco.

7.- Desfallecimiento.-Este es fácilmente susceptible al tratamiento por métodos hipnóticos. Todos estamos familiarizados con el tipo de paciente que cuando se le aplica una inyección hipodérmica - o inmediatamente después de ella, suda copiosamente, se pone blanco o gris; y casi de inmediato se desmaya en el sillón. Si, al principio de un ataque, se le dice con voz tranquila y autoritaria que coloque su cabeza entre las rodillas, comprimiendo así sus vísceras -- abdominales, le regresará el color en caso de segundos y terminará -- todo el episodio en un minuto o dos. Puede impedirse cualquier recurrencia de esto y evitarse hipnotizando a tales pacientes y haciendo sugerencias enérgicas, positivas y autoritarias de que ese desfallecimiento no ocurrirá en ninguna ocasión futura. Esto es particularmente efectivo si también se le explica que el desfallecimiento -- se debe directamente al temor, pero que en la próxima ocasión ya no sentirá ese temor.

8.- Control del sangrado.-El sangrado derivado de una lesión -- de postexodoncia o siguiendo de inmediato a una exodoncia puede ser controlada mediante una enérgica sugestión hecha a un sujeto profundamente hipnotizado en el sentido de que el flujo de sangre de la -- área determinada se reducirá por algunas horas. Bajo estas circun-

-tancias, el sangrado con frecuencia cesará por completo. Por lo general, una extracción puede ejecutarse sin que se pierda más de lo necesario, el flujo sanguíneo puede reducirse por sugestión hipnótica antes de que se haga la extracción.

9.- Control de la salivación.-En una forma similar, las sugestiones directas de que la saliva del paciente reducirá por un periodo limitado, resultará en una disminución definida del flujo de saliva. Esto puede ser de gran ayuda en el tipo de paciente que tiene saliva o viscosa que constituye una molestia creciente durante la preparación de una cavidad en algunas piezas inferiores.

10.- Inducción de rigidez muscular en el maxilar o en el cuello. Esto puede producirse con la máxima eficiencia en el estado hipnótico por una sencilla sugestión directa. Esto por lo general se hace a la cuenta de cinco y que sugiere al paciente que los músculos del maxilar, cabeza y cuello se pondrá completamente tiesos y rígidos -- con el maxilar trabado y abierto por completo hasta que la operación se termine, después se elimina la rigidez con una cuenta a la inversa.

11.- Extensión del periodo de analgesia. Cuando se anticipa que una operación producirá dolor consecutivo, es muy razonable sugestionar al paciente que el área de la operación quedará analgésica por un

siguientes doce o veinticuatro horas, con lo cual se le proporciona cierto grado de consuelo post-operatorio que no existiría por tanto tiempo si se hubiera utilizado un anestésico local ordinario. Sin embargo, tales instrucciones deberán ser estrictamente limitadas en su aplicación, ya que un dolor agudo a continuación de una operación puede indicar el principio de la propagación de una infección o que alguna otra cosa ha salido mal, en este caso, es esencial que el paciente reciba un aviso de la necesidad de visitar al odontólogo.

12.- Tolerancia a la toma de impresiones y control de náuseas. El control de las náuseas y el vómito puede, sin duda, ser efectuado por la sugestión hipnótica. Se le dice al paciente que el paladar y la parte superior de la faringe están quedando anestesiados, que en consecuencia no sentirá necesidad de arquear. Esto hace que la toma de impresiones que deben permanecer en la boca por tres minutos o más, sea mucho más fácil en pacientes que son susceptibles.

13.- Tolerancia de aparatos protésicos y de ortodencia.- Bajo hipnosis, se puede lograr la cooperación activa de los pacientes en el uso de dentaduras nuevas, esto también es aplicable a los niños para el uso de aparatos de ortodencia fijos y removibles. Cuando se hagan tentativas para este fin, siempre es aconsejable sugerir

las razones para la colaboración del paciente y los beneficios que va a obtener por el uso de los aparatos. Un uso adicional de la hipnosis es en el campo de la ortodencia al tratar con el tipo de niño que se chupa los dedos o que empuja con la lengua, cuyas anomalías dentales se deben en cierto grado a estos dos factores. Se le puede decir a un niño bajo hipnosis que cualquier parte de la mano que se lleve a la boca tendrá un gusto tan desagradable que tendrá que dejarlo de hacer, se ha sabido que esto ocurre después de sólo una sesión de hipnosis.

TECNICAS PARA LA INDUCCION DE LA HIPNOSIS

Los problemas de la inducción hipnótica para propósitos odontológicos, son un tanto distintos de los que enfrenta un médico o el psicoterapeuta. En cierto sentido, el odontólogo tiene una clara ventaja porque el paciente sabe que la hipnosis sólo va a ser empleada para un propósito limitado; y en consecuencia tiene la certeza de que no se intentará ninguna exploración de su mente. Por otra parte, la mayoría de los pacientes dentales sufre la desventaja de que el temor y el terror recordado por la perspectiva del tratamiento dental hace que sea más difícil para ellos cooperar y colaborar. Sin embargo, esto por lo general puede vencerse, a condición de que se dedique el suficiente tiempo y esfuerzo a la preparación.

de la mente del paciente, antes de que se intente hacer la inducción. No puede recalcar demasiado la importancia de este paso, el cual bien puede determinar la diferencia entre el éxito y el fracaso.

La inducción de la hipnosis en adultos.

Cualquiera de los métodos de inducción es aplicable para propósitos odontológicos. La elección deberá hacerse siempre tomando de bidamente en cuanto su aplicabilidad en el paciente y la personalidad del mismo operador.

En el sillón dental, por lo general se utiliza el método de fijación de la mirada y distracción, ya que se ha encontrado que es tan rápido como eficaz.

Se sienta cómodamente al paciente en el sillón dental y se le fija la mirada sobre un punto en el techo o sobre el punto de un lápiz o pluma (la lámpara intraoral es un objeto muy adecuado sobre el cual el sujeto puede fijar la mirada). Se sostiene el objeto arriba y ligeramente atrás de los ojos del paciente, de manera que tenga que hacer un esfuerzo pronunciado para mantenerlo a la mirada; y lo bastante cerca para que los ojos lo enfoquen en forma convergente, es decir a una treinta o cuarenta y cinco centímetros de distancia.

Se le pide al paciente que relaje los músculos por completo... que se sienta realmente cómodo en el sillón... y que fije la mirada...

sobre la lámpara. Luego se le dice que cuente lentamente, para sí mismo, después de veinte para atrás.

A medida que hace esto, se le dan sugerencias en un tono de voz monótono, de creciente pesadez en sus ojos... de pesadez en los párpados... y de una sensación general de lentitud.

Estas sugerencias se hacen en un tono de voz monótono y en un tiempo muy corto, los ojos parecerán enfocarse lejos, en la distancia y humedecerse. Luego comenzarán a temblar un poco los párpados, en cuyo momento las sugerencias de pesadez se dan con más énfasis, diciéndole al paciente que sus párpados están queriendo cerrarse... que los siente cada vez más y más pesados... y que están queriendo cerrarse cada vez más y más. El cierre de los ojos por lo general sigue con rapidez y puede acelerar en el momento adecuado con instrucciones de que se duerma. Se le dice entonces al paciente que no querrá abrir los ojos sino hasta el momento en que le ordene hacerlo.

Tanto el método de fijación de la vista, como el de relajamiento progresivo y el de Wolberg de levitación de la mano, son igualmente adecuados, pero ambos requieren más tiempo para la verdadera inducción.

La técnica de la "moneda que cae"

es un método de inducción sencillo y rápido, favorecido por

los odontólogos, es la "técnica de la moneda que cae". Este es otro procedimiento de "fijación de la vista", que emplea el pulgar del paciente como punto para la fijación. También comprende actividad ideomotora en la real apertura de los dedos.

Quiero que se relaje todo lo posible... no trate de hacer que algo suceda... no trate de impedir tampoco que algo suceda... deje que todo suceda... como quiera suceder.

Todo lo que tiene que hacer es seguir mis intrucciones... y -- encontrará muy fácil que flotará a un estado parecido al sueño... pero aún cuando sus ojos se cierren... y permanezcan cerrados... en realidad no estará dormido.

Sabrán todo lo que suceda... pero usted no tendrá el más mínimo deseo de abrir los ojos... hasta que yo le diga.

Los podría abrir en cualquier momento... si quisiera... pero -- no lo querrá... sencillamente porque no sentirá ningún deseo de -- abrirlos.

Utilizaremos esta moneda. Voy a colocar esta moneda en su mano derecha... y quiero que cierre los dedos suavemente... de manera que cuando le volteo la mano... la moneda no caiga.

Ahora... mantenga el brazo recto al frente... al nivel del hombro... y saque el pulgar.

Mantenga la vista fija en el... porque quiero que siga estas instrucciones cuidadosamente.

Fije la vista en la uña del pulgar... no deje que se separe de ella ni un solo momento.

Mientras tiene la vista fija en la uña del pulgar... quiero - que ponga mucha atención a sus dedos... y a la moneda... que sostiene suavemente en la palma de la mano.

Observe la posición de los dedos con respecto a la moneda... - la posición de los dedos con respecto a uno y otro... y a la palma de su mano. Usted puede realmente sentir la moneda... en la palma de la mano... y mientras lo hace... se dará cuenta de un número de sensaciones distintas. Ahora... voy a comenzar a contar lentamente comenzando desde el uno. Cada vez que cuente... sentirá que los -- dedos se le van aflojando más y más... se le van aflojando más y -- más. Y a medida que se aflojen... gradualmente se enderezarán hasta un punto en el cual caiga la moneda de su mano... y caiga al piso. Cuando caiga la moneda... será la señal para que sucedan tres cosas.

Sus ojos se cerrarán... todo su cuerpo se hundirá en el sillón... y usted entrará a un sueño profundo, profundo.

Sus ojos pueden llegar a cansarse tanto... por estar mirando

la uña de su pulgar... que incluso se pueden cerrar antes de que la moneda caiga al suelo. Si se cierran... magnífico. Límitese a tenerlos cerrados... y cuando caiga la moneda... deje que todo su cuerpo se hunda cómodamente en el sillón... sin preocuparse por sus ojos que ya están cerrados.

Es posible... que mientras cuento... sus ojos comiencen a parpadear. Si es así... déjelos parpadear todo lo que quieran... comenzarán a sentirse tan pesados... que será más cómodo dejar que se cierren por su propia cuenta.

UNO... sus dedos principian a aflojarse... más... y más. Ya no están tocando la palma de su mano... comienzan a abrirse un poquito.

DOS... se aflojan más... y más... y más.

Sus dedos comienzan a enderezarse... se están abriendo más y más... de manera que ahora la moneda descansa principalmente en los dedos.

TRES... ahora usted puede observar algo de movimiento... en sus dedos... y muy pronto... esa moneda va a caer al piso... incluso más pronto de lo que usted piensa.

CUATRO... está usted haciendo un progreso excelente... sólo continúa relajándose... y se siente completamente...

CINCO... sus dedos están enderezados ahora... más... y más... y más. Pronto caerá la moneda... y cuando golpee el piso... déjese caer lánguidamente en el sillón... deje que sus ojos se cierren... y disfrute esa sensación de completo y total relajamiento.

SEIS... lo está haciendo espléndidamente... sólo deje que esos dedos se relajen más... y más... y más.

SIETE... cada vez que cuente... sus dedos se aflojan... más y más enderezándose más y más... de manera que su mano se abre lentamente... y muy pronto, ahora... esa moneda caerá. (Supóngase que en este momento cae la moneda).

profundamente relajado... profundamente relajado... duerma muy, muy profundamente.

Se le puede decir al paciente que haga varias respiraciones - profundas... y que cada respiración que haga... estará más y más profundamente relajado... y más y más profundamente dormido. La hipnosis puede profundizar con cualquier método que parezca adecuado.

LA INDUCCION DE LA HIPNOSIS EN LOS NIÑOS

Una vez que se ha ganado la confianza del niño, la inducción de la hipnosis es relativamente fácil, ya que la mayoría de los niños son muy susceptibles, a menos que sean excepcionalmente tímidos y nerviosos. El prestigio del odontólogo lo ayudará a establecer un rapport satisfactorio, y en muchos casos, se establecerán sin dificultad las etapas más profundas. La edad exacta del niño no es el factor de más importancia. Lo que importa es si puede retenerse su interés y su atención el tiempo suficiente para que hagan efecto las sugerencias. En consecuencia, el método tendrá que variarse de tiempo en tiempo para que logre su objeto. He encontrado que, a condición de que el niño pueda contar, por lo general tiene mucho éxito - una versión modificada del método de fijación de la vista con distracción.

Digo al niño que mantenga la vista fija en la luz y que cuente lentamente hasta donde pueda, cuando lo haga deberá comenzar nuevamente por el principio y repetir la cuenta. En los más jóvenes, sugiere ser aconsejable que cuenten en voz alta, ya que esto parece que ayuda mucho. Durante la cuenta, se hacen las sugerencias adecuadas, sucesivamente modificadas y simplificadas hasta que el niño puede contar. En realidad esto sucede con mucha rapidez.

Si el niño es muy joven, puedo instársele a que mantenga la vista fija en la luz o en el espejo dental, con frecuencia la cuenta puede omitirse, ya que la hipnosis suele sobrevenir como resultado de -- las sugerencias verbales.

TECNICA DE "VISUALIZACION DE IMAGENES"

Algunos dentistas se inclinan a favor de la técnica de visualización de imágenes descrito por Moss, de la cual una efectiva versión -- es la que sigue:

Ahora, es el momento de que juguemos juntos... te gustará, ¿verdad?. Te enseñaré lo que hay que hacer... y va a ser -- muy divertido... porque todo lo que tienes que hacer es cerrar los ojos... y fingir que estás dormido. Claro que no vas a estar dormido realmente, pero será muy emocionante... porque durante este sueño fingido puedes ver cine... televisión... circo... cualquier cosa que te guste.

Entonces... ponte lo más cómodo posible... y luego que estás listo, comienza a fingir.

Cierra los ojos... y no los vuelvas a abrir sino hasta que yo diga. Ahora, quiero que te imagines que estás en tu casa viendo tu programa de televisión favorito.

Te sale muy o lentamente la lengua... y cuando la levantas...

-la imagen se hará más precisa y más clara. Y cuando tu mano toque tu cara... hasta que ha estés contento con la imagen. Muy bien, sigue observando la imagen... no la pierdas ... y te darás cuenta de que tu mano cae sobre tu rodilla.. . y cuando lo haga... puedes fingir que estás realmente dormido y fíjate que tus músculos han quedado sueltos y flojos. Ahora, con las imágenes de la televisión... siempre tocar - música, ahora, escucha la música... y tan pronto puedas oír la... comienza a llevar el compás de la música con tu mano o con tu dedo.

Sigue observando la televisión... no la pierdas de vista. Mientras estés viendo la imagen... levanta un dedo de tu otra mano... y tenlo levantado.

Ahora, ya se que éste es el dedo de la "imagen"... y el otro es el dedo de la "música".

¿qué es lo que estás mirando?

¿Hay personas o animales... o las dos cosas?

La realidad no importa... porque si tú quieres cambiar de canal... lo puedes hacer con mucha facilidad.

Y quiero que sepas... que cuando ves la televisión... puedes fingir cosas... pero cuando te despiertas,

Hasta puedo darte un pinchazo... como éste... y aunque puedes sentir el pinchazo... no te molesta en absoluto.

Está bien... ¿no es así?

Ahora, voy a trabajar con tus dientes... y aunque puedes sentir que algo está sucediendo... mientras sigas viendo la imagen... y escuchando la música... no te molestará... y realmente no te importará.

¿Está la imagen allí todavía? ¿Está la música allí todavía? Sólo sigue observando... y escuchando.

Los niños tienen una imaginación tan brillante que se podría decir que pasan la mayor parte del tiempo en "un mundo de fantasía". En consecuencia, una técnica de esta naturaleza es completamente natural para ellos. Notará que mientras observa la imagen y escucha la música, tienden a quedar completamente relajados y a "kilómetros de distancia" de manera que es muy fácil trabajar con ellos.

Pueden todavía sentir cosas, pero no les importan o se olvidan.

Para despertar al niño, puede decirles que alguien ha quejado la televisión, de manera que ya sirve de nada seguir fingiendo. Les puede decir que deje de fingir ahora, que deje los ojos, y que simplemente se despierte otra vez.

PROCEDIMIENTOS PARA LA PROFUNDIZACION DEL TRANCE

Por lo general sigo una rutina para la profundización del trance, similar a la que ya he descrito, principio por producir la pesadez seguida por la catalepsia en el brazo (elevando éste y diciéndole al paciente que permanecerá en el aire sin ningún esfuerzo, consciente de su parte, que le diga que lo baja). Luego se continúa la profundización mediante la inducción de movimiento automático, sea por la rotación continua de las manos del paciente, una alrededor de la otra, o por un movimiento de vaivén del antebrazo, instruyendo al paciente para que visualice un pedazo de cuerda que está tirando de la mano hacia atrás y hacia adelante. Si estas pruebas tienen éxito, el técnica de profundización final consiste en la inducción de sucesos.

Se le pide al paciente que visualice en su mente alguna acción sencilla, tal como la de palmarse el cabello, intarse la cara, o deshaciendo el nudo de una corbata. Luego se le dice que suelte que está ejecutando esta sencilla acción, y cuando lo haga, que la intente mientras se sienta en el sillón.

Después de esta inducción pueden hacerse pruebas para el control de la imaginación al paciente que abra los ojos sin despegar los dedos de los pies.

-ce y que se enjuague la boca y que cuando vuelva a sentarse en el sillón y su cabeza toque el soporte para la cabeza, sus ojos se cerrarán y seguirá en un sueño mucho muy profundo. Si ejecuta esto con éxito, ha logrado la etapa del nonambulismo.

En ocasiones pueden ser útiles varias técnicas adicionales de profundización. Se le puede pedir al paciente que se imagine que está bajando en el ascensor de una tienda de departamentos conocida. En tanto visualiza su descenso y el ascensor pasa por los varios pisos, se le dice que su sueño es cada vez más y más profundo. Como alternativa, se le puede pedir que imagine que está entrando a una estación subterránea del metro y que sube a la escalera eléctrica. Que mientras desciende, su hipnosis será cada vez más y más profunda hasta que llegue abajo, será cuando entre en un sueño muy profundo.

La técnica respiratoria es otro útil agente profundizador que parece trabajar extremadamente bien con muchos pacientes. Se instruye al paciente que aspire profundamente... que retenga el aliento por dos segundos... y que al espirar, entrará en un trance más profundo. Esto se repite cinco veces y con frecuencia es completamente dramático observar al paciente profundizarse y relajarse, con sus miembros completamente sueltos y flácidos, en tanto aspira y retiene profundamente.

PROCEDIMIENTOS DENTALES EN LOS VARIOS NIVELES DE HIPNOSIS

Aún cuando el paciente sólo logre una hipnosis ligera, todavía será posible contar con mayor cooperación de su parte y un grado considerable de relajamiento. También se puede esperar que reduzca su ansiedad y temor, e inducir cierto grado de somnolencia y letargo - como preparación para la anestesia, sea ésta general o local. Más aún, los esfuerzos hechos por el paciente para tolerar el uso de dentaduras o aparatos de ortodoncia, con frecuencia pueden mejorarse.

En hipnosis de profundidad media, se puede lograr todo lo anterior aún más fácil y completamente. También pueden producirse grados variables de analgesia, junto con cierto control sobre los desórdenes, sangrado y salivación. La apnea y las náuseas, durante la toma de impresiones, también pueden reducirse, lo mismo que la rigidez del maxilar y del cuello.

En hipnosis profunda, además de lo anterior, se puede obtener una analgesia completa y quizá algo de amnesia. Sin embargo, en mi experiencia no es necesario obtener tanto la analgesia como la amnesia en todo sujeto de trance profundo. Puede haber analgesia completa sin amnesia e viceversa. Desafortunadamente, los fenómenos que pueden producirse a distintos niveles de hipnosis varían entre sí.

-blemente de paciente a paciente; y es justo decir que ninguna regla general puede formularse respecto a lo que se puede esperar de cualquier individuo.

EL FACTOR TIEMPO EN LA HIPNOSIS DENTAL

Es costumbre no dedicar más de tres sesiones para intentar la inducción de la hipnosis. Si no se alcanza un progreso satisfactorio a los 3 ó 5 minutos en cada una de estas ocasiones por separado, considero que el paciente no es sujeto de hipnosis en una práctica activa, ya que por necesidad el tratamiento será tan prolongado como no remunerativo.

Debe tomarse en cuenta que casi todos los pacientes pueden ser ayudados hasta cierto límite por la hipnosis -por lo menos el 90 por ciento- de manera que el uso que de ella haga cada uno de nosotros -los odontólogos individualmente en nuestra propia práctica, quizá --dependa de la cantidad de tiempo que estemos preparados a dedicar y de si el paciente está muy inclinado a favor de ella y está dispuesto a pagar su tratamiento sobre una base de tiempo. Cuando los odontólogos usamos por primera vez, y pasamos muchas horas sin remuneración intentando la aplicación de sus varias fases en odontología pero la mayoría de quienes han trabajado en este campo por muchos años se dan cuenta que ya no es necesario emplear la hipnosis.

regularidad, ya que muchos de los pacientes que fueron hipnotizados por primera vez, han adquirido tanta confianza que ya no necesitan más.

Algunos pacientes están interesados en tener un tratamiento -- hipnótico sólo por la experiencia y a menos que el odontólogo pueda ver una verdadera necesidad de ella, tales solicitudes deberán rechazarse con firmeza. Por otra parte, existe un número limitado de pacientes a quienes nunca podríamos tratar sin la ayuda de la hipnosis, usada en algunas de las formas ya mencionadas. Es en tales -- casos donde creo que se puede encontrar los mayores beneficios, ya que estos pacientes pueden ser completamente dóciles al tratamiento si se toma un poco de tiempo y cuidado en su preparación.

BIBLIOGRAFIA

1. FECH, L.F. (1938) Hypnotic Identification of an Amnesia-victim, Brit. J. med Psychol, 16, 1936.
2. CHEED, D.P. & LE CRON, L.M. (1968) Clinical Hypnotherapy New York and London: Grune & Wilkins Co.
3. COOPER, L.F. & ERICKSON, M.H. (1954) Time-Distortion in Hypnosis. Baltimore: The Williams & Wilkins Co.
4. HORTLAND JOHN. (1971) Medical and Dental Hypnosis & its-Clinical Applications. Bailliere Tindall Condon
5. HERON W.T. (1957) Clinical Application of Suggestion and-Hypnosis. Springfield, Illinois: Charles. C. - Thomas.
6. MARGONET, A.P. (1952) Hypnosis in Medicine. London: - - Heinemann Medical Books.
(1955) Hypnosis in Asthma. London: Heinemann - Medical Books.
(1959) The Healing Voice London Heinemann.
7. WOLBERG, L.R. (1948) Medical Hypnosis (2 Vols.) New York Grune & Stratton.
(1946) Hypno-Analysis. London: Heinemann Medical Books.
(1967) The Technique Of psychotherapy, Vols. I and II, 2nd ed London: Heinemann Medical Books.