

Hipnose altera o funcionamento do encéfalo para induzir analgesia

O que vem à sua mente quando você pensa em hipnose? Em um homem misterioso que hipnotiza alguém balançando um relógio de bolso, obrigando a pessoa a agir contra a própria vontade? Bem distante desse estereótipo, no mundo real hipnose não te

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

O que vem à sua mente quando você pensa em hipnose? Em um homem misterioso que hipnotiza alguém balançando um relógio de bolso, obrigando a pessoa a agir contra a própria vontade? Bem distante desse estereótipo, no mundo real hipnose não tem a ver com o controle do outro, mas com a indução de um estado de consciência modificado, e pode trazer benefícios terapêuticos.

De fato, a hipnose clínica tem sido utilizada nas últimas décadas no tratamento de diversas doenças e condições clínicas, incluindo dor crônica.

Um grupo de pesquisadores italianos está estudando os mecanismos associados com a analgesia induzida pela hipnose. Em um dos estudos, eles investigaram o que acontece com o nosso encéfalo durante a analgesia hipnótica. Vinte participantes receberam um estímulo doloroso, que consistia em mergulhar a mão em água com gelo por dois minutos. Cada participante passou pelo teste duas vezes - uma sem hipnose e outra com indução de analgesia hipnótica. Ao final dos dois minutos, o participante classificou o nível da dor que sentiu em uma escala de zero a dez. Durante os testes a atividade encefálica dos participantes foi registrada

em um aparelho de ressonância magnética funcional, que detectou quais regiões do encéfalo foram ativadas no repouso ou na dor, no estado normal ou na hipnose.

A imersão da mão em água com gelo causou dor intensa, classificada pelos participantes como nível oito (em escala de zero a dez). Porém, quando os voluntários foram hipnotizados, o nível de dor caiu para zero. A analgesia hipnótica foi acompanhada por mudanças no padrão de atividade encefálica. No estado normal, foram ativadas regiões do córtex somatossensorial responsáveis pela percepção, localização e intensidade da dor. Quando os indivíduos foram hipnotizados, estas regiões não foram ativadas, mas houve atividade em outras regiões do encéfalo, inclusive no cerebelo. Esta pesquisa demonstrou que a analgesia hipnótica não altera apenas o componente emocional da dor, mas bloqueia também o componente sensorial, inibindo a percepção dolorosa no córtex cerebral. Este é o poder da sua mente!

Referência: Casiglia E, Finatti F, Tikhonoff V, Stabile MR, Mitolo M, Albertini F, Gasparotti F, Facco E, Lapenta AM, Venneri A. Mechanisms Of Hypnotic Analgesia Explained By Functional Magnetic Resonance (FMRI). Int J Clin Exp Hypn. 2020; 68(1):1-15. doi: 10.1080/00207144.2020.1685331.

Alerta submetido em 06/03/2020 e aceito em 30/03/2020.

Escrito por Pedro Santana Sales Lauria.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/hipnose-altera-o-funcionamento-do-encefalo-para-induzir-analgesia · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.