

**UNIVERSIDADE BRASIL
CURSO DE GRADUAÇÃO EM BIOMEDICINA
CAMPUS FERNANDÓPOLIS**

MYZANSARA NEPOMUCENO DA ROCHA

**CONCEITO DE HIPNOTERAPIA APLICADA A SAÚDE - UMA
REVISÃO LITERÁRIA**

Fernandópolis– SP
2022

CURSO DE GRADUAÇÃO EM BIOMEDICINA

MYZANSARA NEPOMUCENO DA ROCHA

CONCEITO DE HIPNOTERAPIA APLICADA A SAÚDE

Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação apresentado à Universidade Brasil, como parte dos requisitos necessários para obtenção do título de Bacharel em Biomedicina.

Prof. Dr. Luis Lênin Vicente Pereira
Orientador(a)

Prof. Esp. Luan Souza do Nascimento
Coorientador(a)

Fernandópolis– SP
2022

Rocha, Myzansara Nepomuceno da.

R 571c Conceito de Hipnoterapia Aplicada à Saúde. / Myzansara
Nepomuceno da Rocha – Uma Revisão Literária Fernandópolis: SP.
Universidade Brasil, 2022.

25f.il.: 29,5cm.

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Banca
Examinadora da Universidade Brasil - Campus Fernandópolis, como
parte dos requisitos para obtenção do título de Bacharel em Biomedicina.

Orientador: Prof. Dr. Luís LÊNIN Vicente Pereira.
Coorientador: Prof. Luan Souza do Nascimento.

1. Hipnose. 2. SUS. 3. Dor. 4. Transtornos mentais. 5. Prática Integrativas
Complementares.

I. Título.

CDD 616.89162



UNIVERSIDADE
BRASIL

ATA DE DEFESA DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO (TCC)

Aos 23 dias do mês de Novembro de 2022, através desta a Universidade Brasil Campus Fernandópolis-SP, realizou a sessão de defesa de TCC do Curso de Bacharel em Biomedicina, dos(as) acadêmicos(as) Myzansara Nepomuceno da Rocha sob orientação do(a) professor Dr. Luis LÊNIN VICENTE PEREIRA intitulada Conceito de Hipnoterapia Aplicada a Saúde – Uma Revisão Literária Compuseram a Banca Examinadora os professores:

Orientador: Professor Dr. Luis LÊNIN VICENTE PEREIRA, Membro 2: Professor Luan Souza do Nascimento, Membro 3: Professora Dirce Maria Ignácio dos Santos Gonzaga. Após a exposição oral, o(s) (a)(s) candidato (a)(s) foi (ram) arguido(a)(s) pelos membros da banca, os quais reuniram-se reservadamente, e decidiram, Aprovado com a média final 8,0. Para constar, redigi a presente Ata, que aprovada por todos os presentes, vai assinada por mim, Orientador do TCC, e pelos demais membros da banca.

Prof.(a)/Orientador: Dr. Luis LÊNIN VICENTE PEREIRA

Nota: 8,0

Assinatura: _____

Prof.(a)/Membro 2: Luan Souza do Nascimento

Nota: 8,0

Assinatura: _____

Prof.(a)/Membro 3: Dirce Maria Ignácio dos Santos Gonzaga

Nota: 8,0

Assinatura: _____

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus, pelo dom da vida e por ter me dado força e coragem durante esses 4 anos fazendo acreditar que era possível alcançar um dos meus maiores sonhos.

A minhas avós Analice e Rita, e minha mãe Graziela pelo amor, carinho, paciência e ensinamentos e por depositarem toda confiança em mim e não medirem esforços para que eu pudesse ter a oportunidade de estudar em meio a tantas dificuldades que passamos.

Ao meu padrasto Ronivaldo que muitas vezes me ajudou de alguma forma!

A minha tia Aline, e minha irmã Lawany que sempre torceram pelo meu sucesso.

Ao meu primo Matheus meu xodozinho, dedico todos esses anos a você. Que sempre esteve presente em alguns momentos dessa trajetória.

A prefeitura Municipal de Cardoso, por ter me concedido a oportunidade de estagiar todos esses anos, adquirindo conhecimento e experiência.

A minha chefe Simone por ter paciência em me ensinar tudo o que aprendi durante todos esses anos.

Agradeço ao meu namorado, Murylo, que mesmo chegando no final dessa trajetória fez uma enorme diferença, me dando confiança e força para seguir em frente, dia após dia.

Ao meu orientador Luís Lenin, por me ajudar sempre na orientação deste trabalho que é fundamental para a minha formação.

Agradeço a todos os professores, pelos ensinamentos durante a formação acadêmica.

E, por fim, todos que de alguma forma contribuíram nessa fase importante da minha vida!

“O sucesso nasce do querer, da determinação e persistência em se chegar a um objetivo. Mesmo não atingindo o alvo, quem busca e vence obstáculos, no mínimo fará coisas admiráveis.”

(José de Alencar)

RESUMO

Incluída nas Práticas Integrativas e Complementares do SUS com o objetivo de complementar a medicina tradicional, a hipnoterapia, também denominada de hipnose clínica, é um modelo de terapia aplicada à saúde especializada que consiste em técnicas hipnóticas que visam se comunicar diretamente com o subconsciente do paciente, por meio do relaxamento e foco. Seu objetivo é trabalhar processos patológicos como trauma, depressão, ansiedade, dor, insônia, e outros transtornos, geralmente desenvolvidos por eventos do passado. O papel do hipnoterapeuta é identificar tais situações, das quais muitas vezes o paciente sequer se recorda, e trabalhar junto a ele para confrontá-los e tratá-los. Desse modo, o presente trabalho visa apresentar informações verídicas por meio de uma revisão bibliográfica de artigos científicos acerca do tema para ajudar no conhecimento aprofundado da atividade, sua história e quais benefícios é capaz de trazer para aqueles que a utilizam como tratamento, principalmente para quebrar o preconceito ainda existente ao que se refere à prática.

Palavras-chave: hipnose, SUS, dor, transtornos mentais, práticas integrativas, complementares.

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

ACC	Córtex Cingulado Anterior
SciELO	Scientific Electronic Library Online
CFO	Conselho Federal de Odontologia
CFM	Conselho Federal de Medicina
CFP	Conselho Federal de Psicologia
COFFITO	Conselho Federal de Fisioterapia e Terapias Ocupacionais
COFEN	Conselho Federal de Enfermagem
CFFa	Conselho Federal de Fonoaudiologia
CFBM	Conselho Federal de Biomedicina
PICS	Práticas Integrativas e Complementares
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 JUSTIFICATIVA	10
3 OBJETIVOS	11
3.1 OBJETIVO GERAL	11
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	11
4 MATERIAIS E MÉTODOS	11
5 REVISÃO DE LITERATURA	12
5.1 HIPNOTERAPIA E HIPNOSE	12
5.2 APLICAÇÕES DA HIPNOTERAPIA	13
5.2.1 HIPNOSE E DOR	13
5.2.2 HIPNOSE E DEPRESSÃO	14
5.3 HIPNOSE NO SUS	16
5.4 ATUAÇÃO DO BIOMÉDICO NA HIPNOTERAPIA	17
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	18
7 REFERÊNCIAS	19

1 INTRODUÇÃO

Utilizada principalmente como um meio de sedação não farmacológica, a hipnose é aplicada na saúde com o objetivo de evitar o uso de medicamentos anestésicos e sedativos em procedimentos clínicos, diminuindo as chances de efeitos colaterais, melhorando a experiência do paciente em relação ao desconforto, a dor e até mesmo na ansiedade (LKINS et al., 2015).

Seu reconhecimento como terapia complementar a conceitua como uma forma de exercitar o subconsciente da mente, agindo no mecanismo de autoproteção das nossas vivências (RIBEIRO, 2019).

Em relação ao sono ou ao sonhar, a hipnose abrange certas alterações da percepção associada ao nosso estado de vigília de maneira diferente, sendo portanto considerada como um estado modificado de consciência (ECM) (FERREIRA, 2011).

Aparentemente, o ACC desempenha uma atividade relevante na sugestão hipnótica, onde é possível observar mudanças nas alterações da ativação que ocorrem à medida em que estruturas ligadas à sensação e o movimento são ativadas (FERREIRA, 2011).

Em 1958 a Associação Britânica e Americana de Medicina reconheceu a hipnose como uma medida válida a ser aplicada na prática médica (ELKINS, et al, 2007).

Este estudo traz ao leitor um apanhado sobre a hipnoterapia e como essa medida tão antiga e ainda assim, revolucionária, é capaz de ajudar em diversos tipos de tratamentos.

2 JUSTIFICATIVA

Apesar de ser utilizada tão comumente nos dias atuais, ainda há um certo receio por parte dos profissionais em aceitar a hipnoterapia como uma verdade, mesmo que uma volumosa série de estudos indiquem a eficácia da prática em relação a várias patologias que a medicina atual ainda tem dificuldade no tratamento (ELKINS, et al, 2007).

Mesmo que considerada como uma prática milenar, não faz tanto tempo que a hipnose foi incluída nos cuidados com a saúde. Representada de forma tão banal nos meios de entretenimento, colocou-se um certo ar de charlatanismo sobre essa

medida, fazendo com que muitas as pessoas a considerassem como uma pseudociência ou até mesmo como uma “bobagem”.

Muitos estudos realizados indicaram eficiência e um leque de opções gigantesco onde a hipnoterapia pode ser aplicada, porém falta uma divulgação dessa atividade ao público de maneira séria e respeitosa.

Portanto, é imprescindível o desenvolvimento de mais estudos abordando o assunto visando trazer mais informações referenciadas para que a população seja capaz de conhecer um novo lado da hipnose aplicada à saúde.

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

Objetivou-se com esta revisão buscar analisar artigos que tragam informações confiáveis sobre a hipnose e como ela é uma ótima opção de tratamento para diversas doenças e um excepcional meio de cuidado com nosso corpo e mente.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Falar sobre o que é a hipnose e a sua importância.
- Apresentar a aplicação da hipnoterapia na medicina.
- Mostrar em quais áreas há uma atuação prática.
- Discorrer sobre a hipnoterapia dentro do SUS.

4 MATERIAIS E MÉTODOS

Realizou-se uma busca literária minuciosa em plataformas confiáveis de armazenamento de artigos como PubMed, Scientific Electronic Library Online (Scielo) e Google Scholar, utilizando termos em português e em inglês.

Os termos usados foram: hipnose, hipnoterapia, hipnoterapia estetica, hypnosis, hypnotherapy, entre outros. Dos artigos encontrados, utilizou-se de pesquisas que vão de 1992 a 2022.

A busca objetivou-se a encontrar artigos que falavam sobre a hipnose clínica, estética e psicoterápica, principalmente voltada para o tratamento de dores, desconfortos, atividades cirúrgicas e problemas psicológicos, ainda que foram analisados outros estudos sobre a hipnose em áreas não citadas.

5 REVISÃO DE LITERATURA

5.1 HIPNOTERAPIA E HIPNOSE

O que se sabe da história da hipnose é que ela data de milhares de anos atrás, quando no século 10 a.C já era usada pelos sacerdotes egípcios em suas práticas medicinais. Porém, foi somente no século 19 que ela foi nomeada pelo médico escocês James Braid em homenagem a “Hipnos”, conhecido na mitologia grega como deus do sono (VALÉRIO, 2020).

No Brasil, a primeira representação oficial da hipnoterapia como categoria profissional veio por meio do Conselho Federal de Odontologia (CFO) em 1993, onde sua atuação se deu por meio de atividades anestésicas, principalmente em casos de cirurgias (SBH, 2022).

Em seguida, no ano de 1999 o Conselho Federal de Medicina (CFM) também incluiu a hipnose no seu âmbito profissional e no ano seguinte, foi a vez do Conselho Federal de Psicologia (CFP) fazer o mesmo (SBH, 2022).

A Sociedade Brasileira de Hipnoterapia (2022) ainda apresenta o reconhecimento da hipnose como ferramenta clínica em 2010 pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapias Ocupacionais (COFFITO), seguida do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) em 2010, do Conselho Federal de Fonoaudiologia (CFFa) e do Conselho Federal de Biomedicina (CFBM), ambos em 2020.

No caso do profissional biomédico, segundo o CFBM a hipnoterapia está inclusa, junto com diversas outras modalidades nas Práticas Integrativas e Complementares (PICS), que visam ser um “um adicional, um complemento no tratamento e indicadas por profissionais específicos conforme as necessidades de cada caso” e não, substituem o tratamento tradicional (CRBM5, 2020).

5.2 APLICAÇÕES DA HIPNOTERAPIA

5.2.1 HIPNOSE E DOR

A dor é um elemento muito presente na vida humana, sendo sinal usado pelo corpo para indicar a presença de perigo. Sua existência é essencial para manter uma boa saúde, pois a emissão desse alerta é um possível indicativo de que há uma infecção, inflamação ou algum outro problema mais grave, como um ataque cardíaco. Quando uma pessoa não sente dor, sua condição pode progredir sem seu conhecimento, podendo ser remediado somente em um estágio posterior, quando a patologia já está em uma fase avançada, onde o tratamento é mais difícil (CASELATO, 2020).

Um composto circuito de fibras nervosas do nosso corpo é responsável pela transmissão de sinais relacionados à liberação de mediadores químicos que motivam um equilíbrio dos mecanismos de interpretação da dor. Para que seu funcionamento seja preciso, é necessário que os sinais alcancem o cérebro e ocorra a estimulação de substâncias inibidoras da dor. Onde a falha de um ou mais sistemas, é o responsável por provocar a dor crônica (BASTOS, et al, 2007).

Causando um sofrimento extremo e muitas vezes impossibilitando quem a tenha viver uma vida tranquila, a dor acabou tornando-se uma doença e não somente uma simples condição, afinal sua existência compromete seriamente a qualidade de vida de milhões de pessoas ao redor do mundo (BONICA E LOESER, 2001).

Existe um fluxo, comumente chamado de ciclo vicioso da dor (figura 1), onde relaciona-se que pacientes que sofrem de dor crônica podem apresentar sintomas físicos e psicológicos como depressão, estresse, cansaço, insônia e diversas outras consequências que podem afetar sua vida, até mesmo no aspecto social.

Dados de estudos norte-americanos indicam que aproximadamente 30% dos estadunidenses possuem algum tipo de dor crônica (BONICA E LOESER, 2001). No Brasil, os valores são maiores, chegando a 42%. (VIEIRA, et al, 2012).

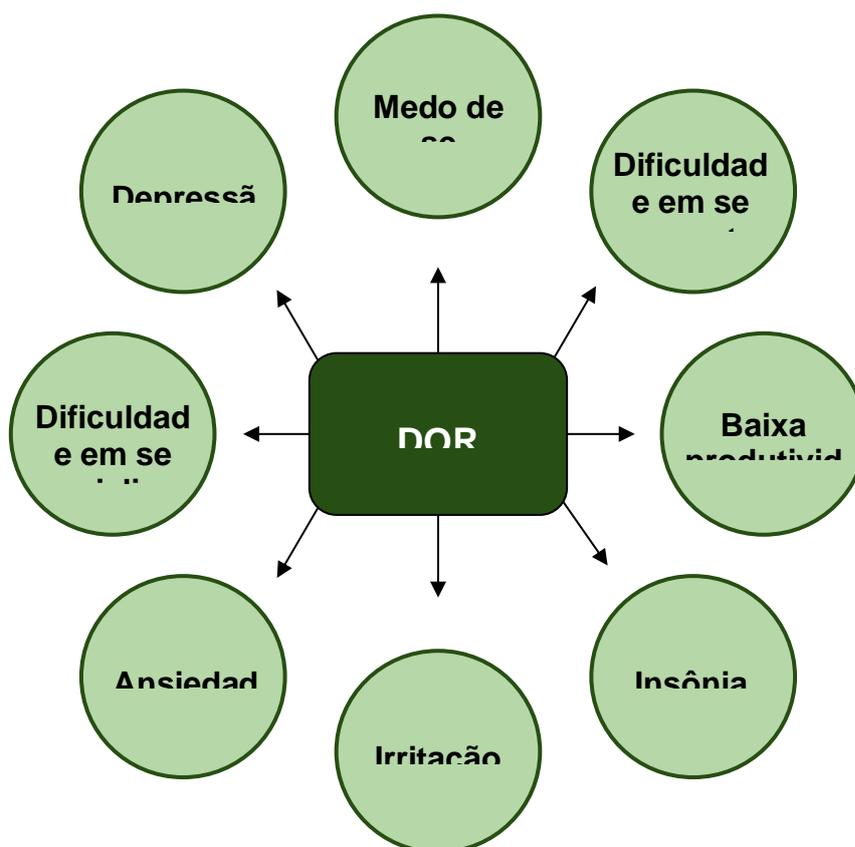
Em 2019 Hiltunen et al. realizou um estudo de indução hipnótica envolvendo 148 pessoas submetidas a um processo cirúrgico de implantação de acesso venoso, onde após 26 minutos houve indicativos de alterações na conectividade funcional cerebral, com elevação no funcionamento do sistema pré-frontal e uma redução nas atividades padrões, resultando numa melhora da satisfação do paciente.

Devido a um alto custo sobre o tratamento da dor crônica, houve uma vertente de dúvidas sobre sua eficácia e principalmente quanto a atuação da base de atenção à saúde voltada a tal situação (BERKER et al., 2000; COHEN, CAMPBELL, 1996).

Portanto, desde a década de 70 têm sido aplicados mundialmente centros específicos para o tratamento desses casos, nominados como clínicas da dor. No Brasil, esses centros existem desde 1980 e englobam múltiplas áreas profissionais em espaços clínicos onde há atuação destes especialistas (CASTRO, 1999).

Castro (1999) indica que a biomedicina, fisioterapia, psicologia e terapia ocupacional são algumas das aplicações aliadas aos tratamentos médicos convencionais, como a prescrição de analgésicos. Contudo algumas práticas não convencionais estão sendo abordadas e têm mostrado bons resultados, são algumas delas a acupuntura e a hipnose.

Figura 1 - Representação do ciclo vicioso da dor



Fonte: autoria própria, 2022.

5.2.2 HIPNOSE E DEPRESSÃO

A Organização Mundial da Saúde (2001) sugere que os transtornos psicológicos como a depressão e ansiedade trazem uma série de prejuízos físicos e mentais para o ser humano, sendo um dos principais indicativos da péssima qualidade de vida, conseqüentes de uma diminuição na capacidade social e produtiva, além de perda cognitiva e outros.

Sendo assim, ao ter sua capacidade mental afetada, âmbitos como crescimento pessoal e subsídio social tornam-se um obstáculo, portanto aborda-se o psicológico saudável como um fator de extrema relevância para os valores pessoais, sociais e econômicos (RAZZOUK, 2016).

Devemos destacar também a depressão como relação patológica, inclusa em uma posição alta dentre os índices de precursores de doenças, chama a atenção por sua alta taxa de predominância e sua morbidade (OMS, 2001; WHITEFORD E BAXTER, 2013).

É classificada, portanto, como uma alteração humoral do indivíduo, onde o mesmo destrói a visão que tem de si e transforma as adversidades em sua vida em algo de proporções imensuráveis. Seus aspectos podem ser indicativos de outras doenças, onde este se encaixa como um sintoma ou somente é considerado como uma característica daquele que o possui diante da sua vivência (ESTEVES E GALVAN, 2006).

No campo da neurologia, principalmente quando se refere aos ramos químicos cerebrais, a depressão é tomada como uma falha nos neurotransmissores encarregados da produção de endorfina e serotonina, onde a consequência desse problema é a falta de sensações prazerosas e uma série de sintomas negativos para o ser humano (GUYTON E HALL, 1997).

Esses sintomas são importantes para a realização do diagnóstico médico (quadro 1). Alguns dos sintomas mais comuns são:

Quadro 1 - Sintomas da depressão

Apatia
Irritabilidade
Perda de interesse
Tristeza
Atraso motor ou agitação

Ideias agressivas
Desolação
Insônia
Fadiga
Perda de apetite

Fonte: autoria própria, 2022.

Uma diversidade de estudos vem surgindo na atualidade trazendo dados relevantes quanto ao uso da hipnoterapia para tratamento da depressão. Esses estudos mostraram que a hipnoterapia é eficaz na redução da ansiedade e desconforto, e na redução de sintomas subsequentes. Com isso, considera-se importante avaliar os efeitos da hipnose nos sintomas secundários relacionados a outros campos.

Em uma revisão sistemática posteriormente analisada, Youssef (2013) mostra que a hipnoterapia apresentou uma redução nos efeitos depressivos, podendo ser indicada como forte aliada a pacientes que não se adaptaram aos ansiolíticos e até mesmo aqueles que se recusam, por algum motivo, ao uso de medicamentos.

A depressão é capaz de se apresentar por diversos motivos, como por exemplo, o estado de luto. No estudo de caso de uma paciente depressiva consequente ao falecimento de um ente querido, pôde ser observado uma melhora significativa em seu estado após a realização de sete sessões de hipnose, seguida de um acompanhamento pós terapia (NEUBERN, 2012).

Neubern (2012) ainda informa que seus sintomas de apatia, tristeza profunda e desinteresse, deram lugar a uma recuperação de seus ânimos, mostrando vontade de se fazer presente quanto a sua casa, sua família e retornando a interação social, além de uma melhora na auto estima e uma libertação pessoal.

5.3 HIPNOSE NO SUS

Com uma renovação no que se diz respeito às definições de saúde, o mundo tem ido além da fisiologia, adentrando uma área que entende o cuidado à saúde e o caminho até o adoecer diferente daquilo que nós estamos habituados, considerando

situações como a de perturbações energéticas consequentes de situações integradas a fatores intimamente pessoais (QUEIROZ, 2000).

O Ministério da Saúde (2018) define a hipnoterapia como “um conjunto de técnicas que objetivam ampliar a consciência do indivíduo por meio de concentração focada e relaxamento”. E a recomenda “para o tratamento de fobias, dores crônicas, estresse, angústia, depressão e insônia”.

Com essas mudanças, a OMS reconheceu novos modelos de aplicações clínicas habituais voltadas a realidades espirituais e biopsicossociais. Devido a isso, foram estabelecidas duas portarias ministeriais em 2006 que trazem a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) ao SUS (SILVA, 2022).

Em 2006 o Ministério da Saúde relatou que essas novas práticas “buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade”, algo que em 2018 foi reorganizado para que se tenha uma melhor compreensão da hipnoterapia.

Quase 10 anos após a implementação da PNPIC, o Ministério da Saúde incluiu 14 novas Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PICS), mas só em 2018 é que a hipnoterapia foi incluída, junto com mais 10 novas integrações (SILVA, 2022).

Contudo, mesmo com tanta evolução, é notório a falta de dedicação profissional dos atuantes da saúde, assim como nota-se um descaso grande por parte das autoridades, quando olhamos para o sistema e vemos que não há hipnoterapeutas qualificados, não somente por falta de interesse na área, mas também por uma falta de investimento estudantil acerca dessa temática, tornando inviável a formação de especialistas, que muitas vezes precisam ir para outro país para estudar sobre esse âmbito (SILVA, 2022).

5.4 ATUAÇÃO DO BIOMÉDICO NA HIPNOTERAPIA

Como a maioria dos profissionais da saúde, é importante que os biomédicos aprendam a realizar procedimentos hipnoterápicos.

Ainda que nem sempre trabalhem de forma direta com pessoas que possuam alguma enfermidade, a hipnose é capaz de ajudar em diversos segmentos de atuação. Isso inclui laboratórios, escritórios e até mesmo espaços sem pacientes, onde o

biomédico pode aplicar a hipnose em si mesmo, de forma a auxiliar no seu desenvolvimento profissional. Se um espaço lida com atendimento ao público, os profissionais devem aprender hipnose para auxiliá-los em seus tratamentos (DELL'ISOLA, 2021).

Um exemplo é a coleta de amostras biológicas, onde na fase pré-analítica, qualquer coleta incorreta pode causar resultados imprecisos. Ao tratar pacientes que sofrem de fobia, os profissionais podem aplicar a hipnose, facilitando o processo terapêutico do paciente, reduzindo seu medo. Os terapeutas também podem usar técnicas específicas para ajudar os pacientes a superar sua ansiedade em relação a sangue ou agulhas (DELL'ISOLA, 2021).

Um profissional que atua no diagnóstico por imagem também pode buscar a hipnoterapia como um modo de ajudar os pacientes a manter a calma, quando a angústia e a dor, podem ser um empecilho na realização de algum exame. O mesmo vale para as pessoas que têm medo dos equipamentos, algo muito comum em tomografias (DELL'ISOLA, 2021).

Dell'isola (2021) também diz que a hipnose pode ser usada pelo biomédico aplicando-a em si mesmo, ajudando, por exemplo, a superar traumas pessoais, aprender a lidar melhor com o sangue, sendo essa uma ocorrência comum e até manter o controle no dia a dia. Afinal, quem trabalha há muito tempo na área sabe como o dia a dia pode ser estressante, pois muitas rotinas podem requerer intensa concentração e longas horas de trabalho (DELL'ISOLA, 2021).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acerca do que refere a aplicação da hipnose, sabemos que sua forma de diagnóstico e tratamento deve ser realizada apenas por profissionais. Como terapia, pode ser realizada por médicos, dentistas, terapeutas, psicólogos, biomédicos e uma série de outros profissionais com rigor em suas respectivas áreas de atuação. Já para fins clínicos, a hipnose deve ser administrada por um médico e necessita ser voltada a todos os aspectos legais e éticos da profissão.

Sendo assim, deve ficar claro o que buscar ao fornecer informações ao paciente, familiar ou responsável legal, onde as práticas devem ser reservadas somente aos profissionais qualificados, para que não haja perigo de complicações, repassando as devidas contra indicações e orientações corretas.

Além do aspecto ético, também pudemos visualizar que os estudos referente aos resultados positivos da hipnose na saúde são um grande indicativo de que essa prática deve ser abordada com mais frequência e desmistificada através da conscientização, transparência e amplificação do serviço.

Vale ressaltar também que estudos maiores envolvendo outros contextos, como a aplicabilidade da hipnoterapia em estética, dor, bem estar e outros, são necessários, trazendo uma capacidade de avaliar a hipnose em diversas intensidades e de várias maneiras.

Aliada a grandes benefícios, como o de redução de efeitos nocivos por usos medicamentosos e uma integração de bem estar físico, mental e social para os indivíduos que a utilizam. Portanto, a utilização da hipnoterapia é uma prática considerada válida para aplicações clínicas, contanto que sejam seguidas a risca e aplicadas por aqueles que têm conhecimento específico, e são de grande utilidade para a população dependente do SUS.

Podemos concluir portanto, que frente a todas as vertentes analisadas, faz-se importante a dedicação para novos estudos e pesquisas do uso e benefícios da hipnoterapia, visto que os estudos já existentes apresentaram resultados significativos para a hipnose como combate a dor, depressão e aspectos pessoais.

Também é importante que os profissionais de saúde deixem de olhar a hipnoterapia como uma pseudociência, deixando de lado o preconceito para que não negligenciem uma ferramenta tão importante para a saúde atual. É preciso que possamos olhar para frente e estar sempre abertos ao novo, baseando nosso conhecimento em evidências, somos capazes de revolucionar a saúde e darmos a assistência necessária aos nossos pacientes.

7 REFERÊNCIAS

AMPARO legal da hipnose clínica. **Sociedade Brasileira de Hipnose**, 2022. Disponível em: <<https://www.hipnose.com.br/amparo-legal/>>. Acesso em: 20 de novembro de 2022.

BASTOS, D.F. et al . **Dor**. Rev. SBPH, Rio de Janeiro , v. 10, n. 1, p. 85-96, jun. 2007 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582007000100007&lng=pt&nrm=iso>

BERKER, N. et al. **Treatment outcome of chronic non-malignant pain patients managed in a Danish multidisciplinary pain centre compared to general practice: a randomised controlled trial**. Pain, Amsterdam, v.84, p.203-211. 2000.

BONICA JJ, LOESER JD. History of pain concepts and therapies. In: Loeser JD, Butler SH CC, Turk DC. Bonica's management of pain. 3rd ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2001. 3-16p.

BRASIL. Ministério da Saúde. **PORTARIA Nº 971, DE 03 DE MAIO DE 2006**. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html>

BRASIL. Ministério da Saúde. **Altera a Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares - PNPIC**. Portaria n. 702, de 21 de março de 2018. Disponível em: < Disponível em: < http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2018/prt0702_22_03_2018.html>

CASELATO, Sandra. **A importância da dor**. Ecoa Uol, 2020. Disponível em: <https://www.uol.com.br/ecoa/colunas/sandra-caselato/2020/11/17/a-importancia-da-dor.htm>. Acesso em: 21 de novembro de 2022.

CASTRO, A.B. **Tratamento da dor no Brasil: evolução histórica**. Curitiba: Ed. Maio. 1999.

CFBM regulamenta atividade do biomédico em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. **CRBM5**, 2020. Disponível em: <<https://crbm5.gov.br/cfbm-regulamenta-atividade-do-biomedico-em-praticas-integrativas-e-complementares-em-saude/>>. Acesso em: 20 de novembro de 2022.

COHEN, M.J.M.; CAMPBELL, J.N. **Pain treatment centers at a crossroads: a practical and conceptual reappraisal**. Seattle: IASP Press. 1996.

DELL'ISOLA, A. Biomédicos devem aprender hipnose? Veja a utilidade dela em procedimentos. Alberto Dell'isola, 2021. Disponível em: <https://albertodellisola.com.br/biomedicos-devem-aprender-hipnose/>. Acesso em: 29 de novembro de 2022.

Elkins, G.Jensen, M.P., & Patterson, D.R. (2007). **Hypnotherapy for the management of chronic pain**. International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis, 55(3), 275-287. Doi: 10.1080/00207140701338621

ESTEVEES, F.C.; GALVAN, A.L. **Depressão numa contextualização contemporânea**. Aletheia, Canoas , n. 24, p. 127-135, dez. 2006.

FERREIRA, M.V.C. **Hipnose na Prática Clínica**. São Paulo, Editora Artheneu, 2011, 2. ed.

Guyton, A.C.; Hall, J.E.; **Tratado de Fisiologia Médica**. Ed.9º. Guanabara. 1997.

HILTUNEN, S. et al. **The effects of hypnosis and hypnotic Suggestions on the mismatch negativity in Highly hypnotizable subjects**. International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis, v . 67, n. 2, p.192-216, 2019.

LKINS, G.R. et al. **Advancing Research and Practice: The Revised APA Division 30 Definition of Hypnosis**. International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis, v. 63, n. 1, p. 1–9, 2015.

NEUBERN, M.S. **Hipnose e sentidos físicos em psicoterapia: sobre a reconstrução da experiência do sujeito**. Psicologia em Revista. Belo Horizonte, v. 18, n. 1, p.119-133, 2012. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/per/v18n1/v18n1a10.pdf>>

QUEIROZ, M.S. **O itinerário rumo às medicinas alternativas: uma análise em representações sociais de profissionais da saúde**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 16, n. 2, p. 363-375, abr./jun. 2000.

RAZZOUK D. **Capital mental, custos indiretos e saúde mental**. In: Razzouk D, Lima M, Quirino C, editores. Saúde mental e trabalho. São Paulo: Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo; 2016. p. 61-70.

RIBEIRO, C.A. **Hipnoterapia como ferramenta de apoio para os tratamentos de doenças**. OMNI Hypnosis Training Center. 1. ed. atual. e rev. Mirandópolis, 2019.

SILVA B.M, Oliveira S.S.W, Silva J.L.A. **Hipnoterapia na redução da dor: prática baseada em evidências**. Brazilian Journal of Development, Curitiba, v.8, n.1, p. 1073-1097 jan. 2022.

TRIJSBURG, R.W.; VAN KNIPPENBERG, F.C.; RIJPMA, S.E. **Effects of psychological treatment on cancer patients: a critical review**. Psychosomatic Medicine, v.54, n.4, p.489-517, 1992.

VALÉRIO, S.F.. **Hipnoterapia: contributo do enfermeiro obstetra na promoção da comunicação intrauterina**. ESEL - Dissertações de Mestrado. 2020. URI: <http://hdl.handle.net/10400.26/37363>

VIEIRA E.B., GARCIA J.B., SILVA A.A., MUALEM A.R.L, JANSEN R.C. **Prevalence, characteristics, and factors associated with chronic pain with and without**

neuropathic characteristics in São Luís, Brazil. J Pain Symptom Manage. 2012;44(2):239-51.

WHITEFORD H.A., BAXTER A.J. **The global burden of disease 2010 study: what does it tell us about mental disorders in Latin America?**. Rev Bras Psiquiatr. 2013 Apr-Jun;35(2):111-2.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **The world health report: 2001: mental health: new understanding, new hope.** Geneva: World Health Organization; 2001.

YOUSSEF, S. **Is Hypnotherapy an Effective Treatment for Depression?**. PCOM, Physician Assistant Studies Student Scholarship, p.1-12, 2013.

JOSÉ DE ALENCAR. **Guia Estudo**, 2019. Disponível em <<https://www.guiaestudo.com.br/jose-de-alencar> >. Acesso em 09 de novembro de 2022.