



Hamburguesa de ideas

Briseida Guadalupe Torres Zamorano.

Hipnoterapia

Parcial 3

Interculturalidad y Salud II

Dra. Mariana Catalina Saucedo Domínguez

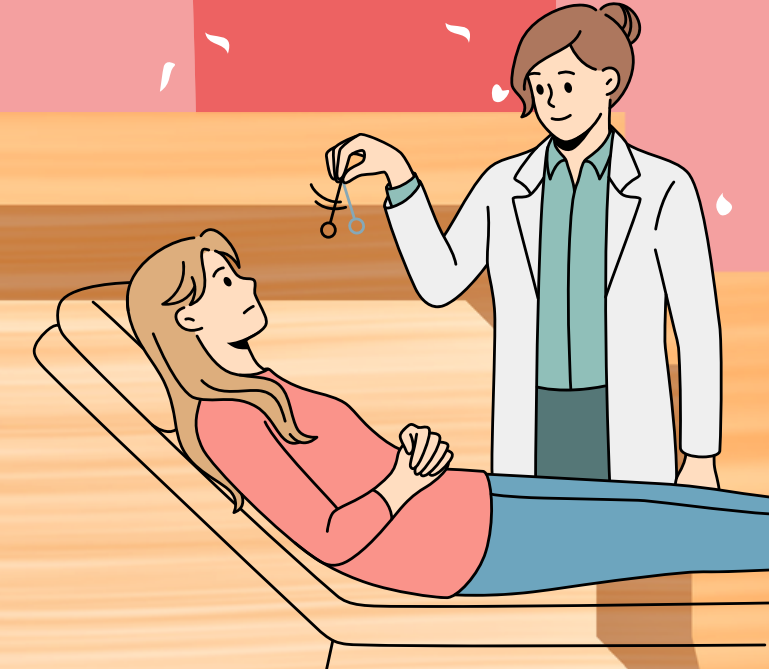
Medicina Humana

2 ° "A"

Comitán de Domínguez, chis; A 10 de noviembre del 2023

Hipnoterapia

La Hipnosis o Hipnoterapia es un tipo de psicoterapia que utiliza métodos guiados de relajación y concentración intensa, centrando la atención del cliente para conseguir un estado elevado de conciencia que a veces se llama un trance.



Supporting Detail

Para todos los trastornos de ansiedad, los trastornos del estado de ánimo como la depresión, los trastornos del comportamiento alimentario y los trastornos sexuales, además de los trastornos psicósomáticos reales. Otro nivel también se refiere al uso de la hipnosis para los problemas de la pareja y en la terapia familiar.



Supporting Detail

La atención de la persona está tan concentrada que mientras se encuentra en este estado, todo lo que sucede a su alrededor está temporalmente bloqueado o es ignorado por la persona que está en el trance hipnótico.



Supporting Detail

El estado hipnótico permite a una persona a ser más abierto a la discusión y la sugestión. Se puede mejorar el éxito de otros tratamientos para muchas enfermedades

La hipnosis puede no ser apropiada para una persona que tiene síntomas psicóticos, como alucinaciones y delirios, o para alguien que está usando drogas o alcohol.

Puede ayudar a reducir el estrés, o tratar ciertos transitorios que a lo mejor a la larga uno va desarrollando

esto con el fin de tratar estos problemas, ayuda también a la salud mental que es esencial en nuestra vida, en lo personal si lo utilizaría ya que aun que uno diga que no tiene uno que otro problema es más probable que si

Bibliografía

- Yapko, M. (2012). Hipnosis clínica: La práctica de la hipnoterapia. Desclee de Brouwer.