Publicado en Valencia el 07/03/2024

Ramón de HipnoVLC cuenta como ayuda a los demás a través de la hipnosis clínica

Ramón Martínez de HipnoVLC es hipnoterapeuta e investigador en la ciencia de la hipnosis. Habla de su protocolo, algunas reflexiones sobre la hipnosis y cómo aborda casos específicos, desde dejar de fumar hasta la banda gástrica virtual

Los inicios de Ramón y su método de trabajo

Desde que era pequeño tuvo la necesidad irresistible de ayudar a los demás, fue creciendo y esto aumentó considerablemente, hasta que un día hace mucho, pero mucho tiempo cayó un libro de hipnosis en sus manos y entendió que ese era su camino. Desde entonces se ha dedicado en cuerpo y alma a estudiar hasta sacarse todas las titulaciones que hay en materia de hipnosis, así como investigando durante toda su carrera, para crear nuevas terapias ante nuevas enfermedades psicológicas y gracias a ello está ayudando a todas las personas que necesitan de una ayuda efectiva y científica, gracias a esta herramienta tan extensa y potente, que es la hipnosis.

En HipnoVLC les gusta aplicar un protocolo muy exhaustivo. En la primera toma de contacto con el paciente, dedican unas horas a entrevistarlo de forma muy estructurada, porque necesitan encontrar la raíz del problema. El paciente llega con síntomas y necesitan encontrar el foco del problema que lo originó. Para esto, necesitan hacer muchas preguntas, pueden estar entre 3 y 5 horas. Una vez que tienen toda la información necesaria, explican qué es la hipnosis, qué va a sentir el paciente y eliminan los posibles miedos adquiridos por falsos paradigmas y malas profecías. Una vez que disponen de toda la información, realizan un diagnóstico basado en el Manual de diagnóstico y estadístico de trastornos mentales DSM versión 5, porque es crucial un diagnóstico preciso. Luego proceden siempre a realizar una prueba de relajación. Esta prueba se realiza porque todas las personas pueden entrar en hipnosis, esto es indiscutible, pero para alcanzar ese estado, es necesario relajarse, y aquí es donde cada individuo muestra diferencias. El equipo trabaja con diversos paquetes de relajación y su objetivo es determinar cuál de ellos es más efectivo para el paciente. Esto se realiza con el propósito de trabajar de manera más efectiva en las próximas visitas con cada paciente. Una vez diagnosticado, se procede a confeccionar una terapia personalizada y se comienza a trabajar semanalmente. Conforme se observa mejoría, se extienden los intervalos de las sesiones a quincenalmente, y así sucesivamente, hasta que el paciente es dado de alta.

La hipnosis clínica y sus fases

Existen diversas teorías sobre lo que es la hipnosis, y el terapeuta Ramón tiene su propia perspectiva, la cual considera entendible y coherente. En primer lugar, es importante señalar que no se trata de hipnosis de espectáculo; aquí no se realizan actividades extravagantes como hacer la gallina o comer cebollas creyendo que son manzanas. El enfoque es serio, elegante, relajante y, sobre todo, productivo. La hipnosis se considera un estado natural de la mente, que experimentamos con frecuencia en la vida diaria. Por ejemplo, cuando se lee, ve televisión o se conduce un vehículo, se está en momentos hipnóticos. Todo el mundo ha experimentado ese momento en el que viendo televisión cuando alguien cambia el canal o apaga el televisor, y al despertar uno se pregunta por qué ha sucedido eso. Este fenómeno tiene sus raíces en los instintos de supervivencia desarrollados por los ancestros cavernícolas. Aprovechando estos patrones, se trabaja con la técnica de la hipnosis para extender estos estados mentales y utilizarlos en sesiones terapéuticas que suelen durar alrededor de 60 minutos.

La hipnosis, como ya se ha comentado, es un estado natural de la mente y está situada dentro de un ciclo de sueño, dentro de un ciclo de sueño hay diferentes fases.

- Fase Beta: despierto y tranquilo
- Fase Alpha (HIPNOSIS): ese momento en el que el paciente empieza a amodorrarse.
- Fase Rem: aquí ya pierde la audición y entra en el mundo de los sueños.
- Fase Delta: sueño profundo, donde se regeneran células etc.

En hipnosis se trabaja con la fase Alpha y para llegar a ella lo que se hace es contar un cuento al paciente (la inducción) para intentar dormirle, pero sólo intentarlo porque si se duerme profundo, deja de escuchar y deja de ser efectivo. Durante esta inducción ocurren dos cosas al paciente:

1° que le guste mucho el cuento y se empiece a relajar mucho hasta el punto de entrarle modorra y que se duerma. Aunque para esa persona sea dormir se mantiene en esta fase llamada Alpha.

2° también puede ocurrir todo lo contrario, que le guste mucho la historia que le están contado y su mente decida escucharlo todo. No por dormirse funciona mejor o por escucharlo todo funciona peor. La hipnosis clínica no tiene profundidades, la profundidad la tiene el estado de sueño, puede estar más despierto o dormido pero esto no tiene que ver con la hipnosis.

Para ayudar a qué funcione mejor, el consejo experto es que el paciente se relaje, oiga el cuento y sobre todo que no cuestione, simplemente se deje llevar.

La hipnosis es inocua y no tiene efectos secundarios. Ramón comenta que tampoco pueden romper códigos éticos y morales de las personas. En hipnosis sueca nadie toca al paciente, y no dirá nada no deseado porque no tiene que hablar.

Cuánto tarda en hacer efecto la hipnosis y qué pasa los días posteriores a terapia
Depende de cada paciente, ya que cada persona es un mundo, lo que sí se puede asegurar es que la hipnosis es tan potente que el paciente notará mejoría desde el primer día y a partir de ahí, cada uno sabe cuánto le queda para solucionar el problema que le atañe.

La hipnosis se hace efectiva al 100% cuando se duerme, ya que la mente se resetea y al despertar los patrones aprendidos se hacen efectivos, se empieza a notar que dentro hay cosas nuevas que se hacen como un instinto y que hacen sentir muy bien. La hipnosis funciona porque estos patrones se instalan en la parte inconsciente del cerebro y esta es la que no cuestiona, la que hace las cosas, porque hay que hacerlas, por ejemplo la tabla de multiplicar, ese patrón está grabado en la parte inconsciente. Sin embargo, si se tuviera que hacer lo mismo con la parte consciente, la que todo lo critica, Pepito Grillo, se necesitarían años para cambiar conductas, lo que se conoce como terapias de psicología, ojo la psicología no es mala, es lenta. Por ejemplo, la misma terapia en psicología y en hipnosis, para la ansiedad generalizada sin agorafobia, con psicología se empiezan a notar cambios cuando han pasado entre uno y dos años y su recuperación completa puede durar hasta tres años. Con hipnosis se empieza a notar mejoría desde el primer día y la recuperación completa entre uno y tres meses.

Efectividad de la terapia del tabaco y la banda gástrica virtual
La terapia del tabaco es la que ha hecho que la hipnosis haya cogido esta buena fama. Se hace en una sola sesión, unas dos horas aproximadamente y con una efectividad de un 96%, muy alta la verdad. Todos los años en HipnoVLC Ramón hace que muchísimas personas dejen de fumar. Ramón no les da a sus pacientes otra opción, si o si van a dejar de fumar, en el centro tienen mil herramientas para combatir la posible ansiedad que pueda sufrir el paciente (esto solo ocurre en un 2%) además los refuerzos de la terapia del tabaquismo, no los cobran, porque sí o sí sus pacientes van a dejar de fumar.

La BGV es una herramienta fabulosa. Mucha gente ha probado mil dietas y nunca han logrado su objetivo, mantenerse delgado, con esta técnica lo que hacen en HipnoVLC es poner una banda gástrica pero virtual y en el cerebro, que es el encargado de generar esa hambre emocional, el hambre que engorda. Con esta técnica a parte de trabajar patrones de alimentación, trabajan el condicionamiento y funcionamiento de la mente sobre la comida y la comida sobre la mente, trabajan niveles de ansiedad, que es la base principal de un mal hábito alimenticio, trabajan los bloqueos emocionales que hacen comer compulsivamente o picar entre comidas, la mayoría de las veces estos bloqueos vienen de la infancia y ahí es donde hay que reparar el daño y sobre todo trabajan la autoestima el autocontrol y el autoconcepto los tres pilares del equilibrio mental. Ramón cree que una persona está en el camino del éxito alimenticio, cuando es capaz de pasar por delante de una pastelería, comprar el pastel que más le guste, pegarle un bocado y el resto tirarlo o guardarlo para otra ocasión.

A qué personas se les puede ayudar con la hipnosis
Ramón trata bajo hipnosis todo tipo de trastornos tratados en la psicología: ansiedad, depresiones, fobias, TOC, adicciones, trastornos alimenticios, etc. También ayudan a estudiantes, desde primaria hasta opositores, trabajan con deportistas amateurs y de elite, tratan el colón irritable, la fibromialgia, etc. Cualquier persona que crea que su vida podría ser mejor, en HipnoVLC le ayudan a desarrollar su crecimiento personal.

Hay muy pocas cosas que no traten, pero sí las hay. No tratan la esquizofrenia, las personas bipolares y los parafílicos y no es que no quieran, es que estas enfermedades se tratan desde el psiquiatra.

Más información en su web: www.hipnovlc.com

Datos de contacto:
Ramón Martínez
HipnoVLC
961 69 73 00

Nota de prensa publicada en: Valencia

Categorías: Nacional Valencia Psicología Bienestar Servicios médicos

NotasdePrensa
https://www.notasdeprensa.es