A.A.H.E.A.
Asociación para el Avance de la Hipnosis Experimental y Aplicada

PROTESTA POR DIFUSIÓN DE FALSAS IDEAS SOBRE LA HIPNOSIS CON POSIBLES EFECTOS IATROGÉNICOS

El objeto del presente escrito es poner de manifiesto nuestro malestar y preocupación debido a la desinformación, cuando no la información científicamente refutada o no avalada que se vierte en relación a la hipnosis, situación que puede llegar a generar incluso perjuicios para la salud de los usuarios de la hipnosis.

Esto es lo que ha sucedido en el programa de televisión, emitido el pasado día 28 de octubre del 2016 a las 23:00 horas en el programa "Sálvame de Luxe" de la cadena Telecinco, a cargo de Ricardo Bru, quien se presenta a sí mismo como "hipnoterapeuta, parapsicólogo e investigador", quien ya recibió críticas por el programa *Flash Back* en un informe emitido por el Grupo de Trabajo de Hipnosis Psicológica del Colegio de Psicólogos de la Comunidad Valenciana en 2002 (http://www.grupohipnosiscopcv.es/wordpress/actividades-del-grupo-de-trabajo-de-hipnosis-psicologica/informes/informe-sobre-el-programa-de-television-flashback).

Desde la Asociación para el Avance de la Hipnosis Experimental y Aplicada, deseamos ayudar a difundir el uso adecuado y científicamente sustentado de la hipnosis en las distintas áreas de aplicación, denunciando, en la medida de nuestro conocimiento, el posible fraude, el intrusismo profesional y las prácticas posiblemente iatrogénicas. Asimismo, nuestra asociación pretende fomentar toda formación e información en el campo de la hipnosis científica, que garantice un correcto uso profesional de la hipnosis por parte de los psicólogos, así como otros profesionales de la salud que la incorporan para el campo que les capacita su profesión. A continuación se exponen los motivos que nos mueven a enviarles el presente escrito:

La información sobre las regresiones hipnóticas que se vierte en el programa asegura al telespectador que con la regresión hipnótica se puede conocer la verdad de lo que ocurrió en el pasado de la persona supuestamente regresada en edad, y que con tal regresión se puede descubrir lo que realmente pensaba, sentía, hacía, etc. la persona hipnotizada en el momento al que se le regresa. Pero los resultados experimentales muestran que la hipnosis no incrementa ni el recuerdo, ni la precisión, **pero sí incrementa la confianza en el recuerdo** (Capafons y Mazzoni, 2005), por lo que puede facilitar la génesis de falsos recuerdos. Este tipo de uso diagnóstico/terapéutico de la hipnosis (recuperar el suceso patógeno u otros sucesos para resolver el problema que aún quede con ellos) puede tener una peligrosa iatrogenia: el desarrollo de recuerdos que no existieron (abusos sexuales, rituales satánicos, abducciones extraterrestres, contactos con espíritus o incluso de haber adquirido problemas psicológicos en vidas pasadas).

La muy amplia investigación empírica que existe sobre la regresión de edad hipnótica y sobre la relación entre memoria e hipnosis indica que **las personas sometidas a la citada regresión hipnótica actúan conforme a sus expectativas, creencias, y presiones del contexto**, y no como en realidad se comportaron cuando tenían tal edad. Más aún, **lo que se recuerda cuando se está en regresión hipnótica de edad puede ser o no real**, siendo más probable que el recuerdo sea falso cuando la persona pretende recordar sucesos en periodo de "amnesia infantil", que es la que se da por la falta de maduración biológica adecuada para codificar determinadas informaciones, o cuando

lo que se recuerda es un trauma (abuso sexual, rituales y torturas satánicas -o de otro tipo-, no digamos abducciones extraterrestres y similares). La investigación sobre el campo muestra que la memoria es reconstructiva y constructiva, por lo que está expuesta a ser poco precisa para numerosos eventos, cuando no a fabricar recuerdos que son literalmente falsos. Por lo tanto, los resultados de investigaciones empíricas muestran que durante la regresión hipnótica se pueden provocar imprecisiones o incluso recuerdos fabricados, debido a la actividad del hipnotizador y de la propia persona que está siendo regresada.

En definitiva, y tal como indica el informe de la Sociedad Psicológica Británica (British Psychological Society, 2002): "*En resumen, no hay ninguna evidencia de peso que apoye la idea de que los procedimientos hipnóticos mejoren con precisión el recuerdo del testigo de un delito. Por el contrario, la hipnosis puede abocar en falsos recuerdos y en una confianza inadecuada en el recuerdo. Por lo tanto, si la hipnosis se utiliza con fines de investigación, toda evidencia que se obtenga debe tratarse con la máxima prudencia".*

Más aún, este informe concluye que *"Existe la creencia general de que la hipnosis facilitará el recuerdo de sucesos olvidados, de ahí que se generen recuerdos de sucesos, tanto verdaderos como falsos. Un terapeuta no podrá enseñar eficazmente al cliente que la hipnosis no tiene ese poder, si él mismo procede a utilizar las técnicas hipnóticas para la búsqueda de esos recuerdos que no se encuentran disponibles".*

"En resumen, la hipnosis no tiene ninguna propiedad especial para incrementar la memoria, ni en terapia ni en ningún otro contexto. Hay circunstancias en las que los propios componentes de la hipnosis, como la sensación de relajación y bienestar, pueden justificar su uso durante un periodo de recuerdo. Los procedimientos hipnóticos pueden ser útiles para examinar y reestructurar los recuerdos existentes que están asociados al problema del cliente. De cualquier modo, en esas situaciones debe reconocerse el potencial para producir recuerdos de los que se está seguro, pero que no son precisos. La hipnosis no debería usarse basándose en la idea de que con ella se pueden recuperar recuerdos de sucesos de los que el sujeto no se acuerda, pero que son la causa de su problema actual".

En relación con lo anterior y respecto de la regresión hipnótica, la Sociedad Psicológica Británica (2002) indica que: *"Con frecuencia, se utiliza el término "regresión de edad" cuando la hipnosis se emplea para ayudar al cliente a recordar sucesos de periodos muy antiguos de su vida. Aunque ello puede tener un rol legítimo a desempeñar en los acercamientos terapéuticos aludidos, se debe resaltar que la regresión de edad no lleva literalmente al sujeto a una etapa de desarrollo cognitivo, neurológico o neurofisiológico correspondiente a dicha edad o periodo".*

"Las técnicas mencionadas siempre se acometen con el conocimiento y entendimiento de sus propósitos por parte del cliente. Sin embargo, un problema con todos los métodos que incluyen imaginación guiada es que el terapeuta puede favorecer el desarrollo de fantasías que no son tomadas como tales, ni por el cliente ni por el terapeuta. "Los pequeños cambios inconscientes o los adornos de los recuerdos pueden resultar inocuos, pero es importante que el terapeuta, cuando emplee la hipnosis de esa manera, esté alerta sobre su posible ocurrencia. Cuando se emplea la hipnosis basándose en la idea de que con ella se facilita el recuerdo de sucesos de los que en un primer momento no se tenía recuerdo consciente, se corre un considerable riesgo de provocar un perjuicio. La comprensión actual de los procesos de memoria no permite afirmar inequívocamente si es posible o no acceder, mediante las técnicas hipnóticas, a los recuerdos reprimidos que están fuera de la conciencia. En cualquier caso, buena parte de la evidencia sugiere que esto es poco plausible. Lo que no admite discusión es que utilizar la hipnosis con ese propósito conlleva un riesgo real de provocar pseudorecuerdos sustanciales. Algunas veces pueden ser tan estrafalarios o

extraños (por ejemplo, "recuerdo" de abducciones por extraterrestres) que cualquier persona razonable los rechazaría fácilmente, pero en otros casos, pueden ser lo suficientemente plausibles como para engañar tanto al paciente como al terapeuta, y aceptarlos como exactos. Este problema ha recibido gran atención en el llamado debate de los "recuerdos recuperados".

Estas conclusiones concuerdan con informes de investigadores que ha tratado el tema de las regresiones hipnótica, y de la memoria e hipnosis. Más aún, salvo evidencia corroborativa (o el supuesto indicado por la Sociedad Británica mencionada de que se recuerden acontecimientos estrafalarios) no se puede distinguir un recuerdo falso de otro verdadero, ya que un alto convencimiento en quien recuerda, el dar muchos detalles sobre lo sucedido, que se dé implicación e intensidad emocional alta, incluso dolor y sufrimiento psicológico al recordar, no garantizan que el recuerdo sea real (Capafons y Mazzoni, 2005).

Ninguna de esta información se transmite a los telespectadores por ninguno de los implicados en el desarrollo del programa Sálvame de Luxe, sino todo lo contrario.

Además de lo comentado hasta ahora, conviene tener presente que incluso en el mejor de los casos, el uso de las regresiones hipnóticas debe estar realizado por un profesional que pueda hacer frente a las posibles complicaciones emocionales que puedan surgir en tal situación, tal y como indica el informe mencionado: "*Cualquier persona que emplee la hipnosis con fines terapéuticos debería confinar su aplicación sólo a aquellos problemas para cuyo tratamiento está profesionalmente cualificado. En este sentido, una regla sensata a seguir es que sólo se debe utilizar la hipnosis en el tratamiento de los problemas que uno estaría cualificado para tratar sin hipnosis."*

En definitiva, el uso de la hipnosis regresiva puede ser iatrogénico, y debe ser siempre aplicada por un especialista en hipnosis que este cualificado en el ámbito profesional competente para resolver el problema concreto para el que se aplica la regresión. En este sentido, deben seguirse unas recomendaciones extensas a la hora de usar la hipnosis para buscar información sobre eventos pasados. Más aún, una rápida revisión de las principales recomendaciones que dan los especialistas en el campo, además de la de ser un profesional cualificado y un especialista en hipnosis, destacaría lo siguiente: se **debe avisar al cliente del riesgo de distorsión de la memoria,** debiéndose tener mucho cuidado en cómo se verbalizan las sugestiones y cuáles son sus implicaciones, además de evaluar la credibilidad de los recuerdos recuperados durante la terapia.

Por todo ello, creemos que el programa Sálvame de Luxe no sólo aporta una información incompleta y sesgada a los telespectadores, sino que, además, tal información puede ser iatrogénica en la medida en que aliente o sugiera la bondad de intervenciones basadas en la regresión hipnótica sin advertir de los posibles riesgos e inconvenientes de su uso. En lo que respecta a la actividad del "técnico en regresiones", es nuestro punto de vista que está usando la hipnosis sin la debida capacitación profesional para la aplicación que le da, Ricardo Bru desempeña una actividad que dificulta que el telespectador tenga una información veraz y completa sobre la hipnosis, las regresiones hipnóticas y la memoria. Más aún, creemos que se incrementa el riesgo y se induce a los telespectadores a desarrollar falsas creencias sobre la hipnosis, sobre sus aplicaciones, y se les predispone a buscar terapias basadas en estas prácticas y, por lo tanto, de desarrollar falsos recuerdos con las complicaciones que tales recuerdos pueden generar a quien los desarrolle. Así mismo, se les predispone también a confiar en cualquier clase de "hipnoterapeuta".

Finalmente, queremos informar también que la *International Society of Hypnosis* (http://www.ishhypnosis.org/administration/code-of-ethics/) explícitamente indica en sus directrices que **la hipnosis no debería usarse como una forma de entretenimiento**, y que ningún miembro

de tal sociedad "*debería ofertar servicios con el propósito de entretenimiento del público o colaborar con cualquier persona o agencia involucrada en entretenimiento del público*" (directriz 4). Además, según esta sociedad (directriz 5), sus miembros no deben apoyar la práctica de la hipnosis realizada por personas legas. Una persona lega, según esta sociedad, y todas las que a ella se acogen, sería "*aquella persona que no es miembro de una profesión terapéutica o científica. Es decir, que no es un médico, dentista, psicólogo, o miembro de otras profesiones científicas o terapéuticas reconocidas, con credenciales añadidas de competencia como un especialista en hipnosis*" (directriz 5.a). Más aún, tal sociedad indica claramente en la directriz 5d que "*son bienvenidas las conversaciones con representantes de los medios de comunicación y radio o apariciones en la TV, siempre que beneficien a la Sociedad por los puntos de vista informados y prudentes respecto de los temas de la hipnosis*". Desde esta perspectiva entendemos que el Sr. Ricardo Bru, se auto-excluye de tal asociación.

Además, en el programa de televisión arriba citado, desde que comienza hasta que finaliza, y de manera reiterada, se están promoviendo algunos mitos sobre la hipnosis, siendo algunos de ellos muy perjudiciales y posiblemente iatrogénicos:

- Se hace creer al espectador que la persona hipnotizada está bajo el control del hipnotizador, cuando en realidad la hipnosis es una técnica que fomenta el auto-control y que además ésta solamente le contestará a él.
- Se hace creer al espectador que la persona hipnotizada dice siempre la verdad.
- Se hace creer al espectador que la hipnosis puede llegar a ser peligrosa, ya que cuando llevaban unos minutos comienza a decir que había que sacarla ya del estado hipnótico.

Debido a lo anteriormente expuesto, les informamos de que **la hipnosis es una prestación sanitaria** reconocida por el Real Decreto 63/1995, de 20 de enero, sobre ordenación de prestaciones sanitarias del Sistema Nacional de Salud, tal y como se refleja en el informe de la Asesoría Jurídica del Ilustre Colegio Oficial de La Psicología de Las Palmas, sobre el uso de la hipnosis clínica en España, de 1 de marzo de 2013 (http://www.coplaspalmas.org/hipnosislp/aclaracion-legislativa-sobre-la-hipnosis-clinica/), así como el informe realizado por la sociedad que suscribe este escrito (AAHEA) en 2013 (http://www.aahea.net/informe-hipnosis-en-sistema-nacional-salud/) y otros Grupos de Trabajo de Hipnosis Psicológica del Colegios Oficiales de Psicólogos.

Por lo tanto, se puede observar que, desde el citado programa, se está contribuyendo a deteriorar enormemente la imagen que se está ofreciendo de la hipnosis, recordemos, prestación sanitaria, lo que perjudica seriamente a un procedimiento con un considerable apoyo empírico que demuestra su efectividad como coadyuvante, entre otros, a diversos tratamientos psicológicos y médicos (Mendoza y Capafons, 2009). En este sentido, a quienes se perjudica, en última instancia, es a los usuarios y pacientes que pueden buscar una hipnosis ineficaz (como la que se muestra en este programa) cuando no perjudicial, y/o rechazar una hipnosis que puede beneficiar su salud y bienestar. En este sentido, el programa promueve una imagen iatrogénica de la hipnosis.

La hipnosis es, además, un campo de investigación científico experimental que, a su vez, implica un conjunto de procedimientos clínicos muy variados que, especialmente como coadyuvante, ayuda a incrementar la eficacia y eficiencia de las intervenciones y tratamientos o terapias de distintos problemas médico-psicológicos, de la salud en general. Por lo tanto, una difusión de la hipnosis que distorsione, tanto sus aplicaciones, como el conocimiento científico que se tiene sobre ella, puede fomentar un serio perjuicio a los usuarios. Como se decía anteriormente se está fomentando por parte del hipnotizador, hipnotizados y presentadores del programa, la hipnosis para un uso incorrecto y de una manera teatralizada.

Por todo lo expuesto, entendemos que promueve la consolidación de creencias que fomentan un uso iatrogénico de la hipnosis, y que, reiteramos, puede incurrir en la colaboración con un intrusismo profesional, pues se usa un procedimiento que es considerado prestación sanitaria, como una técnica teatral, utilizada por una persona no acreditada para poner la hipnosis al servicio de la salud de la persona hipnotizada. Por el contrario, más bien fomenta creencias y actitudes que pueden dificultar el uso no iatrogénico y eficaz de la hipnosis en personas que pueden beneficiarse de ella.

En definitiva y teniendo en cuenta la información expuesta en este escrito, la Asociación para el Avance de la Hipnosis Experimental aplicada (AAHEA), pedimos que se estudie la información vertida en el programa Sálvame de Luxe, y que tomen las medidas que considere oportunas para que no vuelva a repetirse, y den opción a que profesionales cualificados expliquen en su cadena la evidencia científica disponible.

Quedando a su disposición para cualquier información adicional que desee conocer sobre cualquiera de los extremos relatados en este escrito, y esperando recibir respuesta por su parte, le enviamos un muy cordial saludo.

Valencia, 30 de Octubre del 2016

Firmado: Dr. Antonio Capafons Bonet
Presidente de la Asociación para el Avance
de la Hipnosis Experimental y Aplicada (AAHEA)

Referencias

Capafons, A., & Mazzoni, G. (2005). ¿Es lo peligroso de la hipnosis el hipnoterapeuta?: Hipnosis y falsos recuerdos. *Papeles del Psicólogo, 25*, 27-38. http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?ID=1183

Mendoza, M. E. & Capafons, A. (2009). Eficacia de la hipnosis clínica: resumen de su evidencia empírica. *Papeles del Psicólogo, 30,* 98-116.

Sociedad Británica de Psicología (2002). *La naturaleza de la hipnosis*. Valencia: Promolibro.

Entidades y personas que se adhieren a esta solicitud (en orden de adhesión):

1. Antonio Hernández Mendo, Catedrático de Psicología Social de la Universidad de Málaga y Director del Curso Práctico de Hipnosis: Procesos Psicológicos y Deporte.
2. Emilio José Molina Cazorla, Ingeniero Superior en Informática y Licenciatura en Comunicación Audiovisual, Miembro de la Red de Prevención del Sectarismo y Abuso de la Debilidad (RedUNE), Asociación para proteger al enfermo de Terapias Pseudocientíficas (APETP) y la Sociedad para el Avance del Pensamiento Crítico (ARP-SAPC) y Círculo Escéptico.

3. Alfonso López Borgoñoz, Miembro de la Sociedad para el Avance del Pensamiento Crítico (ARP-SAPC).
4. David Moleiro Melián Psicólogo nº col. T-1799.
5. Christina Moreno Jaffrain; Psicóloga colegiada B-1253 Colegio Oficial de psicólogos de Baleares; Miembro del grupo de Estudios de Hipnosis del COPIB.
6. Sara Calzado Lucas, Secretaria y en representación del Grupo de Trabajo de Hipnosis Psicológica del Colegio Oficial de Psicólogos de la Comunidad Valenciana.
7. Karina Tiripicchio, Secretaria de la Sociedad Española para el Avance de la Psicología Clínica y de la Salud - Siglo XXI, en representación de dicha entidad.
8. Dr. Guillem Feixas, Catedrático de la Facultat de Psicologia de la Universitat de Barcelona; director del curso de Postgrado en Hipnosis de la Universidad de Barcelona.
9. José Antonio Campo González, en representación del Grupo de Hipnosis del Colegio Oficial de la Psicología de Las Palmas.
10. Andrés Carmona Campo. Profesor de Filosofía. Máster en Filosofía y licenciado en Antropología Social y Cultural. Socio de ARP-Sociedad para el Avance del Pensamiento Crítico.
11. Enric Soler, Psicólogo colegiado 16.303 en el Colegio Oficial de Psicología de Cataluña.
12. Natàlia Ubach psicóloga colegiada 21508 en el Colegio Oficial de Psicología de Cataluña.
13. Juan Enrique Hernández Baussou, Decano y en representación del Colegio Oficial de la Psicología de Santa Cruz de Tenerife (COP TF).
14. Irene Pérez García, Coordinadora del Grupo de Trabajo de Hipnosis del Colegio Oficial de Psicología de Santa Cruz de Tenerife, y Colegiada nº T-00837.
15. Jose Fernández Aguado, miembro fundador del GT de Hipnosis Clínica del Colegio Oficial de Psicología de Cataluña, y Núm. De colegiado 8.175.
16. Bárbara Casamor miembro del GT de Hipnosis Clínica del Colegio Oficial de Psicología de Cataluña, Núm. De colegiada 12.665.
17. José Antonio Molina del Peral con DNI 02634827Q doctor en psicología.
18. Ricard Cayuela Dalmau, NIF 37642677A, Vicedecano, en representación de la Junta de gobierno y del Col.legi Oficial de Psicologia de Catalunya (COPC).
19. José Antonio Herranz Romero, miembro de ARP-Sociedad para el Avance del Pensamiento Crítico.
20. Luca Miceli Sopo, miembro del Grupo de Trabajo de Hipnosis del Colegio Oficial de Psicólogos de Sta. Cruz de Tenerife, Col. Núm. 2528.
21. Dolores Rizo Vidal, NIF 23006663Q, Coordinadora del Grupo de Hipnosis del Colegio Oficial de Psicólogos de Oviedo.