



CEU | *Universidad
San Pablo*

Master Universitario CEU en
Psicología General Sanitaria

HIPNOSIS CLÍNICA

Dr. Héctor González Ordi

Especialista en Psicología Clínica

Universidad Complutense de Madrid

hectorgo@ucm.es





**La hipnosis es
una técnica
milenaria....**

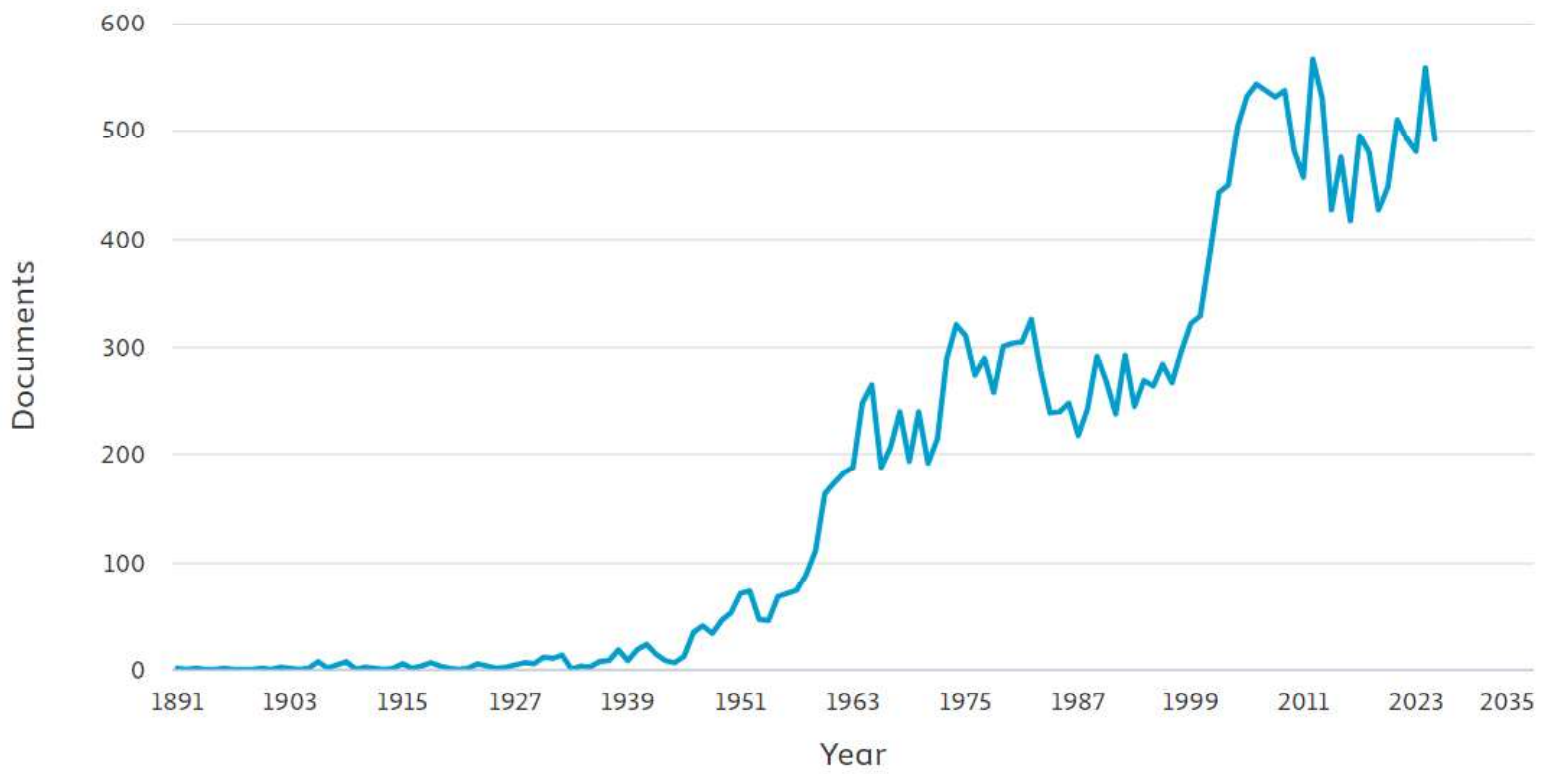
- ✓ Existe evidencia del uso de la sugestión terapéutica desde el Antiguo Egipto, la Grecia Clásica, siglos XVI (Paracelso), XVIII (Mesmer, Faria) y XIX (Braid, Charcot, Bernheim).
- ✓ Los padres de nuestra disciplina han publicado libros y monografías, investigado y aplicado hipnosis:
 - Wilhelm Wundt
 - Ivan P. Pavlov
 - William James
 - Alfred Binet
 - Pierre Janet
 - Sigmund Freud
 - Hans Eysenck
 - Alexander Luria
 - Clark Hull, Joseph Wolpe, Albert Ellis, etc, etc....

“HYPNOSIS” = 23.740 resultados hasta Enero 2026



Scopus

Documents by year



Mitos y concepciones erróneas

- ✓ La hipnosis no implica pérdida de la consciencia ni de la voluntad, al igual que tampoco se pierde el control sobre el comportamiento.
- ✓ Nadie puede ser hipnotizado contra su voluntad, al igual que nadie va a hacer o decir cosas que realmente no quiera hacer ni decir durante el proceso hipnótico.
- ✓ El comportamiento hipnótico es el resultante de un proceso de comunicación interpersonal e interactivo entre terapeuta y paciente; el terapeuta dirige la sesión porque conoce las técnicas, pero llegará tan lejos en la consecución de los objetivos clínicos como el paciente le permita hacerlo.

Mitos y concepciones erróneas

- ✓ El paciente es el verdadero protagonista de este proceso de interacción: es un agente activo y creativo en la búsqueda de estrategias de afrontamiento para resolver y responder adecuadamente las demandas generadas por las sugerencias del hipnotizador.
- ✓ Bien utilizada por los profesionales de la salud, no presenta efectos iatrogénicos destacables y sí beneficios terapéuticos empíricamente comprobables en distintas patologías, tanto como técnica principal como formando parte de los sistemas terapéuticos establecidos

Hipnosis como procedimiento...

Durante la hipnosis, el sujeto es dirigido por el hipnotizador con el fin de que responda a sugerencias que producen cambios en la experiencia subjetiva, alteraciones en la percepción, sensación, emoción, pensamiento o conducta.

(Green et al., 2005, p. 262)

Green, J. P., Barabasz, A. F., Barrett, D., & Montgomery, G. H. (2005). Forging ahead: The 2003 Division 30 definition of hypnosis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 53, 259–264.

Tipos de Hipnosis

- 1. Hetero-hipnosis:** el terapeuta administra sugerencias específicas al paciente con el fin de abordar objetivos clínicos concretos.
- 2. Auto-hipnosis:** el paciente reproduce, aprende y generaliza las sugerencias a la vida cotidiana con el fin de mantener los beneficios terapéuticos.

Hipnosis como producto o resultado...



AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION

La hipnosis es un estado de consciencia que implica focalización de la atención, reducción de la atención periférica y que se caracteriza por una mayor capacidad de respuesta a la sugestión.

Comité Ejecutivo de la División 30 de la American Psychological Association (Society of Psychological Hypnosis, 2014)



SOCIETY OF PSYCHOLOGICAL HYPNOSIS

<https://www.apadivisions.org/division-30>

Tipos de Hipnosis

3. Hipnosis espontánea: la hipnosis sería en esencia una experiencia psicológica episódica de intensa absorción, un estado natural, que puede conllevar aspectos placenteros o displacenteros y “que ocurre espontáneamente cuando la persona se ocupa de una tarea altamente motivante que exige una intensa concentración” (Spiegel y Greenleaf, 2006, p. 113).

Spiegel, H. y Greenleaf, M. (2006). Defining Hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 48 (2-3), 111-116.

Evidencia refrendada por:

Lucas, M., Aime, N., Callara, A., Fontanelli, L., Sebastiani, L., Santarcangelo, E. L., & Petri, G. (2025). On the state-nonstate theory of hypnosis: network and topological EEG findings. *Cerebral Cortex*, 35 (10) doi.org/10.1093/cercor/bhaf262

Ejemplos

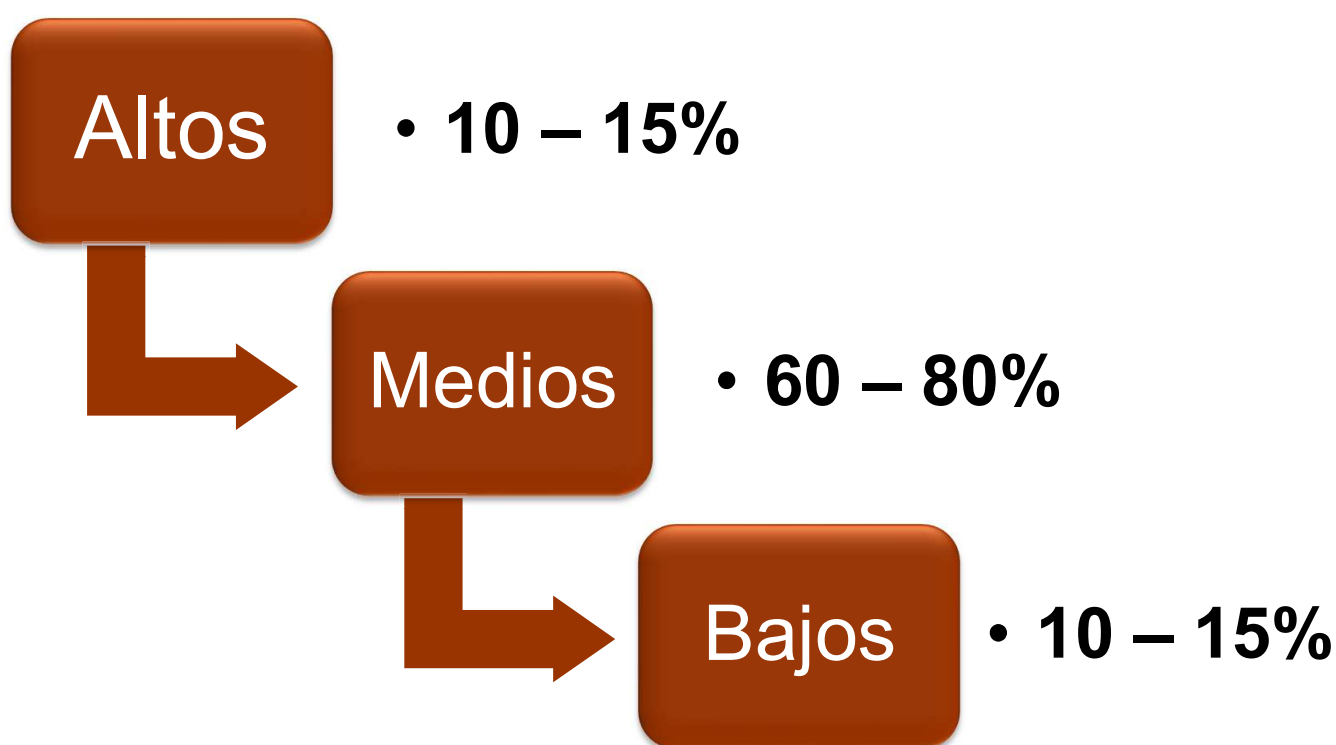
- ✓ La lectura de una novela apasionante...
- ✓ La escucha atenta de nuestra música favorita...
- ✓ Footing, running... correr en automático.
- ✓ “Hipnosis de carretera” ... conducir en automático.
- ✓ En el cine, inmersos en una película fascinante...
- ✓ Dejándonos llevar capítulo a capítulo por una serie...
- ✓ Cuando dejamos volar la imaginación...
- ✓ En contacto con la naturaleza, la montaña, el mar...
- ✓ Los rituales religiosos...

El comportamiento hipnótico es el resultante de un proceso de comunicación interpersonal e interactivo

El comportamiento hipnótico es propositivo,
deliberado y dirigido a unas metas.

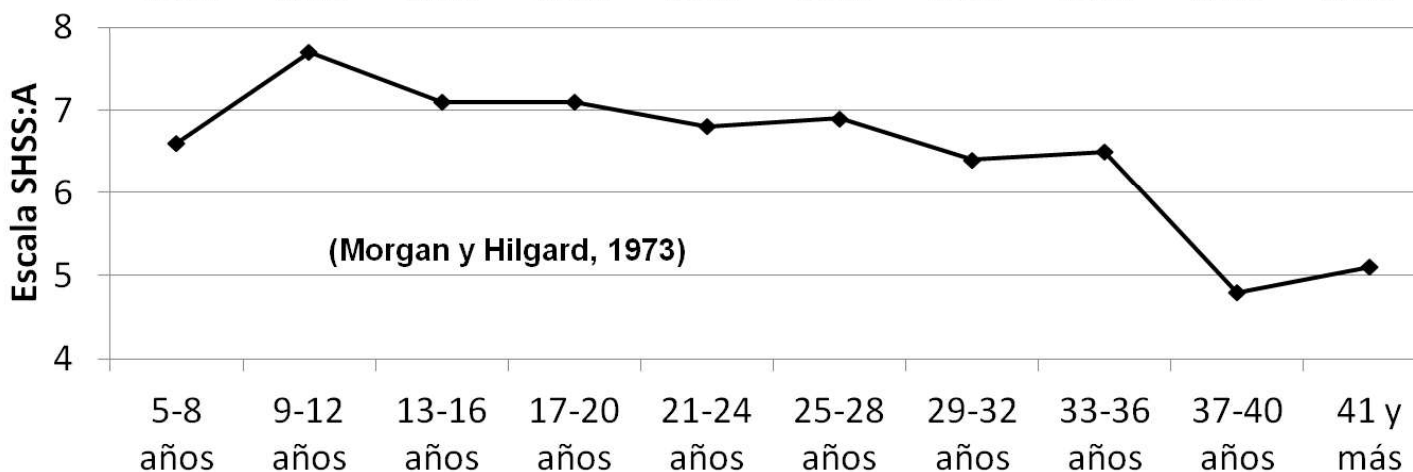
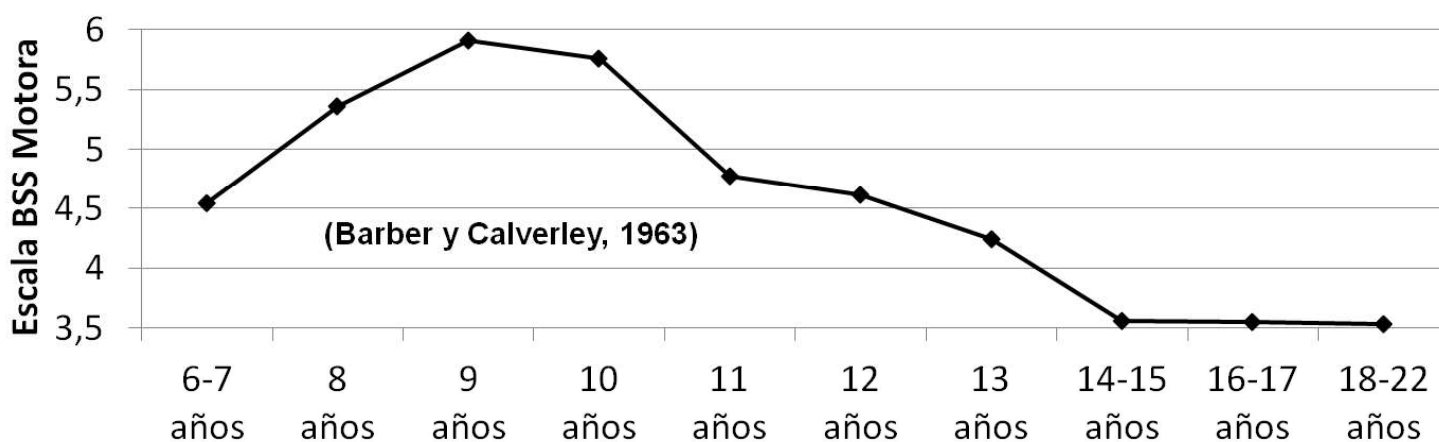
También se caracteriza por generar respuestas no deliberadas, involuntarias y disociadas en los sujetos hipnotizados.

¿Es todo el mundo igualmente hipnotizable?



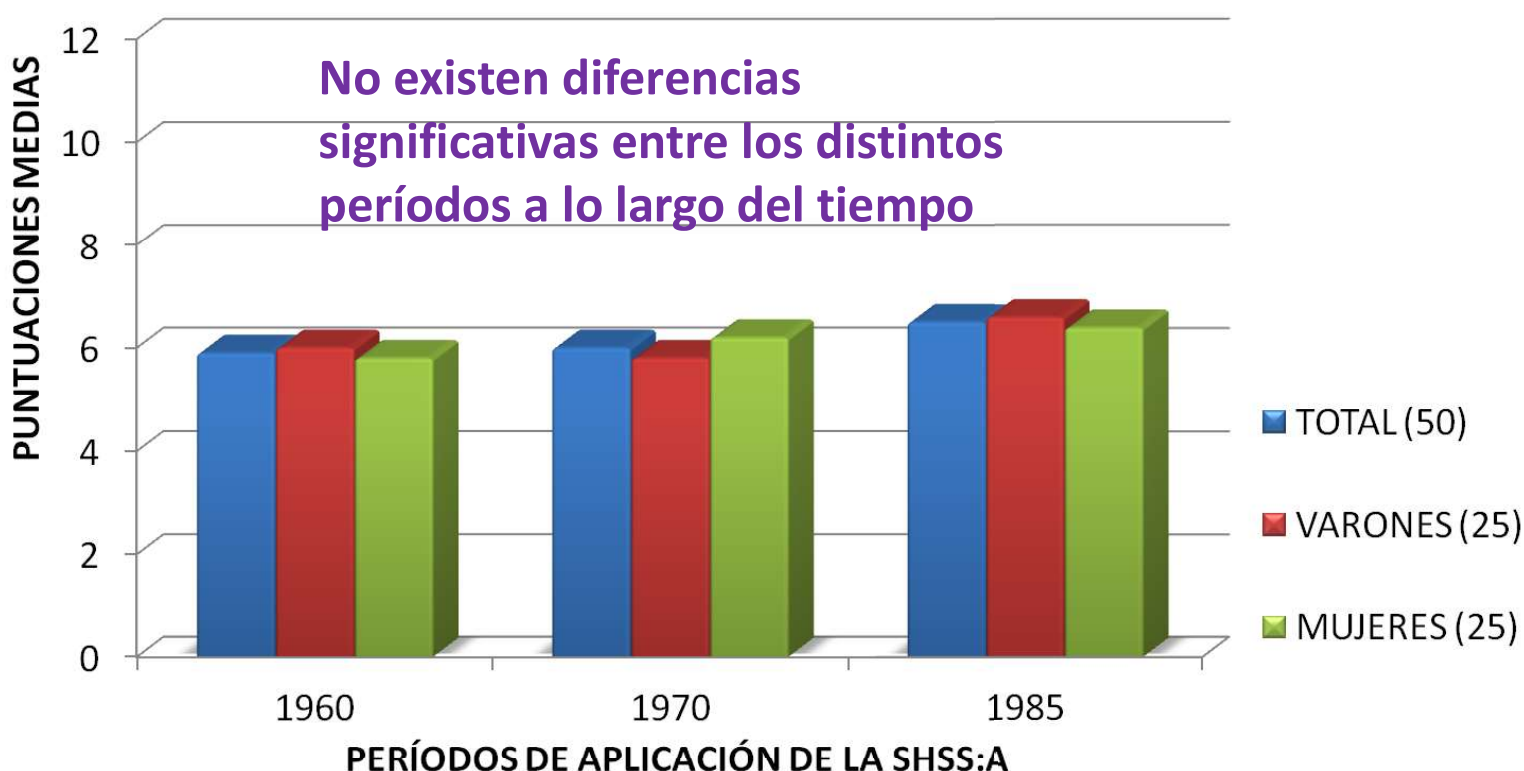
Terhune, D. B., Cleeremans, A., Raz, A. y Lynn, S. J. (2017). Hypnosis and top-down regulation of consciousness. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 81 (2), 59-74.

¿Cómo evoluciona la hipnotizabilidad con la edad?



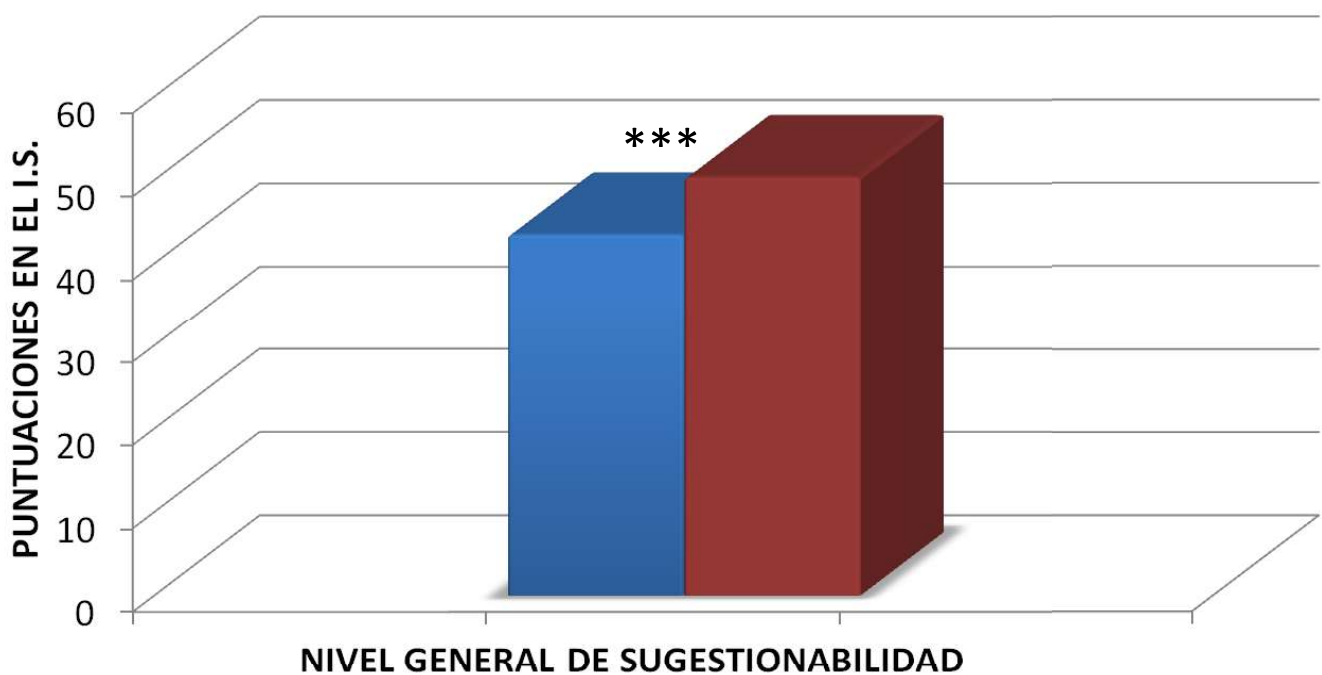
¿Es la hipnotizabilidad estable en el tiempo?

Estudio longitudinal a 25 años



Piccione, C., Hilgard, E.R., y Zimbardo, P.G. (1989). On the degree of stability of measured hypnotizability over a 25-year period. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 289-295.

¿Existen diferencias entre sexos?

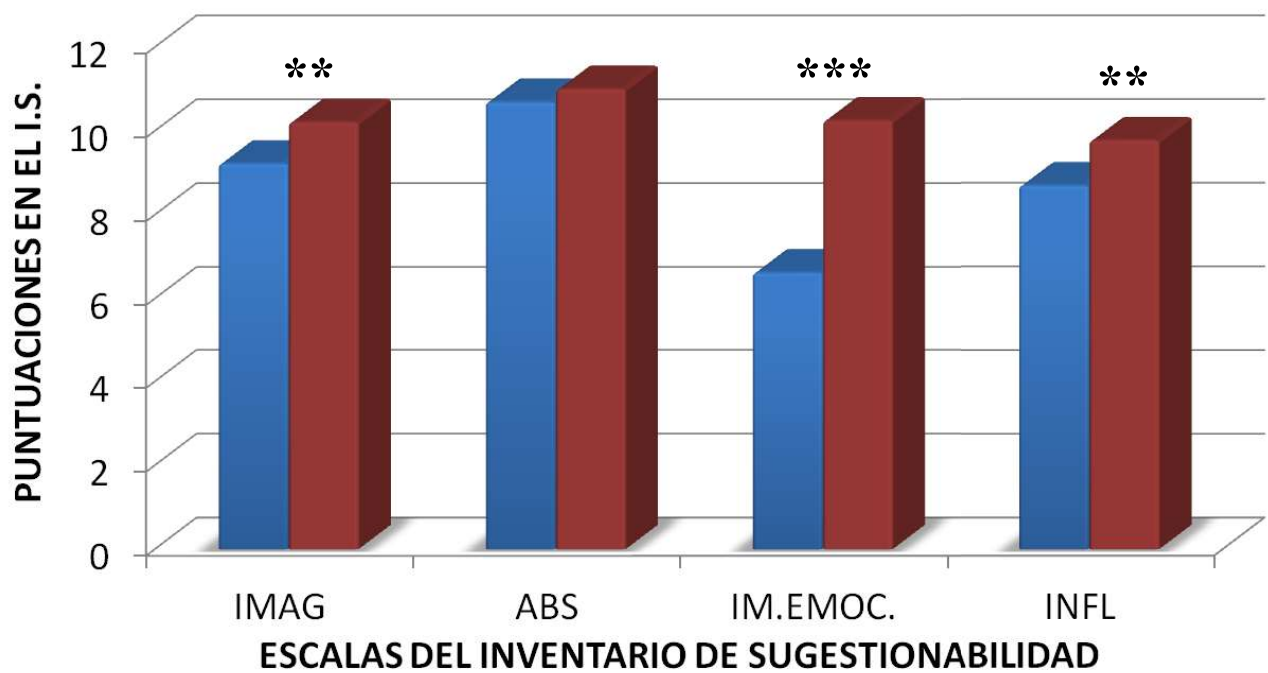


*** $p < .001$

■ VARONES ■ MUJERES

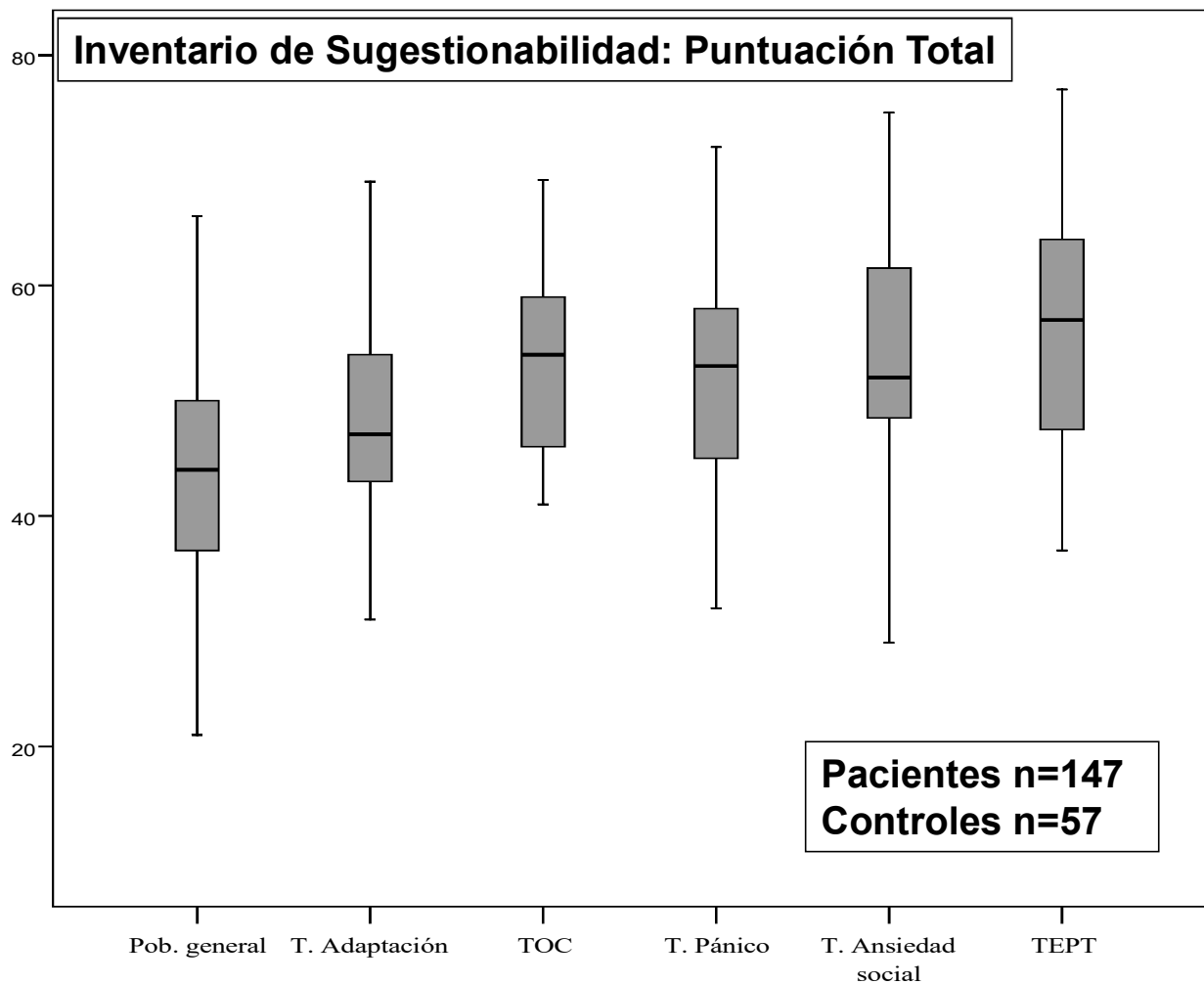
González Ordi, H. y Miguel-Tobal, J.J. (1999). Características de la sugestionabilidad y su relación con otras variables psicológicas. *Anales de Psicología*, 15, 57-75.

¿Existen diferencias entre sexos?



** $p < .01$, *** $p < .001$

■ VARONES ■ MUJERES



González Ordi, H. de Vicente Colomina, A., Capilla Ramírez, P. y Santamaría Fernández, P. (2018). Evaluación de la Sugestionabilidad en Trastornos Emocionales. Un Estudio Exploratorio. *Clínica y Salud*, 29 (3), 139-145.

Fases del Proceso Hipnótico (González Ordi, 2001, 2013)

FASES	OBJETIVOS
Preinductiva	Aclarar miedos y concepciones erróneas. Sesión informativa sobre qué es hipnosis. Plantear objetivos terapéuticos. Evaluar nivel de sugestionabilidad.
Aplicación técnicas de inducción	Modificación de las variables del sujeto con el fin de aumentar la receptividad a las sugerencias propuestas.
Administración de sugerencias específicas	Modificación de respuestas cognitivas, fisiológicas y motoras orientadas a los objetivos clínicos propuestos.
Posthipnótica	Aprendizaje, mantenimiento y generalización de las respuestas generadas mediante sugestión en consulta.

Procesos psicológicos en la hipnosis

Querer ser hipnotizado/a

Capacidad para dejarse llevar

Adoptar una actitud no crítica

Buena capacidad para responder a las sugerencias (Hipnotizabilidad)

Utilizar técnicas de inducción y fraseo adaptados al paciente

Manejo de la voz (modulación no timbre)

Potenciar las expectativas de éxito y confianza del paciente

Potenciar la motivación dirigida al cambio psicológico

Atención focalizada y selectiva

Realismo y viveza de la imaginación

Implicación emocional

Sensaciones subjetivas de relajación

Automaticidad del comportamiento

González Ordi, H. y Capilla Ramírez, P. (2021). Técnicas de hipnosis para trauma y disociación. Madrid: Síntesis.

- **Incrementa la flexibilidad cognitiva y modifican el sentido de agencia**
- **Incrementa la focalización de la atención y la atención selectiva**
- **Incrementa el realismo y la implicación emocional**
- **Incrementa la sensación de tranquilidad y autocontrol**
- **Facilita la identificación de “puntos calientes emocionales”, que el paciente puede haber racionalizado o evitado cognitivamente durante la entrevista.**
- **Facilita la regulación de la información sensorial y de la actividad interoceptiva**
- **Disminuye el pensamiento rumiativo y errático**
- **Disminuye la atención vigilante**
- **Disminuye el miedo anticipatorio y el catastrofismo**



AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION



SOCIETY OF PSYCHOLOGICAL HYPNOSIS

En 2014, el Comité Ejecutivo de la División 30 de la American Psychological Association elaboró la siguiente definición:

Hipnoterapia

El empleo de la hipnosis en el tratamiento de un problema o trastorno médico o psicológico.

<https://www.apadivisions.org/division-30/about>

Hipnosis Clínica

Se define como la incorporación de la hipnosis a los tratamientos psicológicos o médicos establecidos

(Kirsch, Lynn y Rhue, 1993, p. 4)

Kirsch, I., Lynn, S.J. y Rhue, J.W. (1993). Introduction to clinical hypnosis. En J.W. Rhue, S.J. Lynn e I. Kirsch (Eds.), *Handbook of Clinical Hypnosis* (pp. 3-22). Washington, DC: American Psychological Association.

Validación profesional de la Hipnosis Clínica

1955.- La British Medical Association fue la primera organización profesional que aprobó el uso médico de la hipnosis.

1958.- Canadian Medical Association.

1958.- Canadian Psychological Association.

1960.- American Psychological Association. Division 30.

1961.- American Psychiatric Association.

1978.- The Royal Society of Medicine del Reino Unido crea una sección sobre “Hipnosis y Medicina Psicosomática”.

2001.- British Psychological Society.

González Ordi, H. (2018). Sobre la Validez y Eficacia de la Hipnosis Clínica. Valoración Crítica del Documento Observatorio OMC contra las Pseudociencias, Pseudoterapias, Intrusismo y Sectas Sanitarias en relación con la Hipnoterapia. *Clínica y Salud* 29 (1), 45-47.

Validación empírica de la Hipnosis Clínica

Estudios de eficacia - ECA y meta-análisis

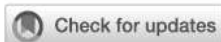
- **Hipnosis como potenciador de la TCC** (Kirsch, Montgomery y Sapirstein, 1995)
- **Manejo de la ansiedad y el distress emocional** (Flammer y Bongartz, 2003; Schnurr et al., 2008; Birnie et al., 2014; Chen et al., 2017; Provençal et al., 2018; Valentine, Milling, Clark y Moriarty, 2019; Padilla, Muñiz, Scheffrahn y Elkins, 2026)
- **Dolor agudo y crónico** (Montgomery, DuHamel and Redd, 2000; Montgomery, David et al , 2002; Stoelb et al., 2009; Montgomery, Schnurr y Davies, 2011; Adachi et al., 2014; Provençal et al., 2018; Thompson, Terhune et al., 2019; Langlois et al., 2022; Yerzhan et al, 2025)
- **Empleo en Cirugía: cardiaca, odontológica, gastrointestinal, ginecológica, anestesia general, local y regional):** (Tefikow et al., 2013; Kekecs, Nagy & Varga, 2014; Holler, Koranyi, Strauss y Rosendahl, 2021)

Validación empírica de la Hipnosis Clínica

- **Manejo de efectos adversos en procesos oncológicos: dolor** (Jong et al., 2020; Danon et al., 2021), **ansiedad** (Chen et al., 2017; Nunns et al., 2018), **nauseas y vómitos** (Richardson et al., 2007)
- **Manejo de la ansiedad y dolor en procedimientos médicos invasivos** (Sterkers, Chabrol, De Troyer, Bonijol, et al., 2018; Hoslin, Motamed, Maurice-Szamburski, Legoupil, Ponsa, et al., 2019; Ibáñez del Prado, Cruzado, González Ordi y Capilla Ramírez, 2019; Walter et al., 2025)
- **Sintomatología depresiva** (Shih, Yang, & Koo, 2009; Fuhr et al., 2021)
- **Alivio del dolor durante el parto** (Lorenzo Ruíz y González Ordi, 2014; Wang, Lu y Chow, 2024; Lai, Wong, Kearney y Lee, 2024)
- **Hipnosis como ayuda a la deshabituación tabáquica** (Fauziyyah, Prasetya y Murti, 2022)

Validación empírica de la Hipnosis Clínica

- **Trastornos Psicósomáticos:** cefaleas, migrañas, asma, hipertensión, dermatitis (Flammer y Alladin, 2007; Cardinal, Landry et al. 2026)
- **Problemas gastrointestinales – intestino irritable** (Schaefer et al., 2014; Henrich et al., 2015; Laird et al., 2016, Almogbel et al., 2025)
- **Insomnio** (Lam et al., 2015)
- **Parasomnias NREM:** Sonambulismo, terrores nocturnos y despertares confusionales (Solelhac et al., 2025)
- **Estrés agudo y postraumático** (O'Toole et al., 2016; Rotaru y Rusu, 2016)
- **Trastornos disociativos y conversivos** (Fine, 2012; Moene, Spinhoven, Hoogduin y Van Dyck, 2003)



OPEN ACCESS

EDITED BY
Ernil Hansen,
University Medical Center Regensburg,
Germany

REVIEWED BY
Anil Batra,
University Hospital Tuebingen, Germany
Madeline Stein,
King's College London, United Kingdom

*CORRESPONDENCE
Jenny Rosendahl
✉ jenny.rosendahl@med.uni-jena.de

Meta-analytic evidence on the efficacy of hypnosis for mental and somatic health issues: a 20 years perspective

Jenny Rosendahl^{1*}, Cameron T. Alldredge² and
Antonia Haddenhorst¹

¹Institute of Psychosocial Medicine, Psychotherapy and Psychooncology, Jena University Hospital, Friedrich-Schiller-University, Jena, Germany, ²Department of Psychology and Neuroscience, Baylor University, Waco, TX, United States

- Revisión meta-analítica de estudios publicados a partir del año 2000. Se incluyeron 49 meta-análisis con 261 estudios principales.
- **La mayoría de las intervenciones con hipnosis han demostrado resultados positivos** (99,2% de los estudios). La mitad de ellos con tamaños del efecto mediano. Los tamaños del efecto grandes se han encontrado en estudios con poblaciones de niños y adolescentes, tratamiento del dolor y estudios donde la hipnosis es coadyuvante de procedimientos médicos.

- Evidencia muy consistente de la relación positiva entre la hipnotizabilidad y el tamaño del efecto – de mediano a grande – en la intervención clínica con hipnosis.
- **A mayor hipnotizabilidad mayores son los efectos de la intervención con hipnosis.**
- Los mayores efectos terapéuticos se observan también cuando **la hipnosis es parte integrante de un programa terapéutico** cognitivo-conductual.

Sugerencias bibliográficas

Barber, J. (Ed.) (2000). *Tratamiento del dolor mediante hipnosis y sugestión*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

González Ordi, H. y Capilla Ramírez, P. (2021). *Técnicas de hipnosis para trauma y disociación*. Madrid: Síntesis.

Hawkins, P.J. (2007). Hipnosis & Estrés. Guía para profesionales. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Linden, J., De Benedittis, G., Sugarman, L. y Katalin Varga, K. (Eds.) (2024). *The Routledge International Handbook of Clinical Hypnosis*. New York: Routledge.

Rhue, J.W., Lynn, S.J. y Kirsch, I. (Eds.) (1993 y siguientes). *Handbook of Clinical Hypnosis*. Washington, DC: American Psychological Association