

## **La hipnosis como terapia en psicología**

**Los primeros indicios del uso de la hipnosis como terapia aparecen durante la civilización egipcia, cuando se trataban distintas alteraciones de la salud en los llamados Templos del Sueño**

En la época contemporánea es recién en el siglo XVIII cuando se da a estas técnicas un gran impulso por parte de prestigiosos profesionales psicólogos, quienes profundizaron en su estudio y comprobaron sus elevados beneficios. Hoy día la hipnosis se emplea en espacios muy dispares, como lo son los espectáculos en los que se revela su poder, donde el público siempre resulta asombrado, y con fines terapéuticos, en los campos de la medicina y los métodos desarrollados en numerosos gabinetes de psicología.

Las aplicaciones de la hipnosis y la hipnoterapia

Las áreas en las cuales la hipnosis se considera un tratamiento válido son muchas, englobadas en los planos de la salud y el bienestar integral, el aspecto puramente psicológico de distintas problemáticas y su incidencia en el desenvolvimiento fisiológico de las personas. La hipnoterapia ejerce su acción con eficacia ante problemas generales de la sociedad o particulares de cada persona. Con gran éxito se aplica la hipnosis para dejar de fumar, durante las dietas para bajar de peso, ante las fobias, como soporte para las terapias del dolor, como método para fortalecer la memoria y la capacidad de atención o frente a distintas situaciones y/o contingencias que necesariamente se deben superar.

Las virtudes de complementar con hipnoterapia otros sistemas terapéuticos

La psiquiatría ha tratado gran parte de los conflictos de la mente humana puramente con farmacología, que si bien es imprescindible en casos extremos, puede evitarse en no pocas ocasiones. Así lo han verificado grandes profesionales psicólogos, utilizando placebos combinados con sus métodos de hipnosis, logrando paliar dolores crónicos, suavizar situaciones de ansiedad o eliminar conductas negativas surgidas sin razón aparente. Un gabinete de psicología responsable estará integrado por profesionales psicólogos que transmiten confianza a sus pacientes, pues generan el ambiente adecuado para inducirles a que dejen aflorar su problemática de manera natural. No existe magia en su manera de trabajar, sino que se basan en la acción conjunta de la investigación de cada personalidad, las técnicas convencionales de psicoterapia y la hipnosis. Estos métodos confluyen en una terapia enfocada a llegar al origen de los problemas, para solucionarlos.

Uno de los gabinetes de psicología mejor catalogados debido al nivel de sus profesionales psicólogos y la satisfacción de sus pacientes es el Instituto Somos de Valencia. Destaca por sus técnicas, su experiencia, sus resultados y su calidez humana. Sus tratamientos comienzan escuchando al paciente, informándolo y elaborando el plan de terapia adecuado. En sucesivas

**Datos de contacto:**

Soberana Sáez  
Licenciada en Psicología  
616 962 993

Nota de prensa publicada en: [Valencia](#)

Categorías: [Medicina](#) [Medicina alternativa](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>