

## ANTONIO CAPAFONS, GALARDONADO CON EL PREMIO CONTRIBUCIONES DISTINGUIDAS A LA HIPNOSIS PROFESIONAL DE LA APA – ENTREVISTA

Inés Magán y Silvia Berdullas

La hipnosis clínica es una técnica psicológica que actúa como facilitador del tratamiento psicológico para diferentes problemas y trastornos. En la actualidad, la Psicología se enfrenta al reto de que esta técnica reciba el reconocimiento que merece, puesto que, a pesar de la evidencia empírica a favor, la hipnosis es una gran desconocida para la mayoría de los psicólogos españoles. No obstante, el logro de este reto se encuentra cada vez más próximo, siendo **Antonio Capafons**, uno de los mejores ejemplos de ello, al haber sido galardonado con el *Premio Contribuciones Distinguidas a la Hipnosis Profesional*, que concede la **Asociación Americana de Psicología** (*American Psychological Association*, APA).

Antonio Capafons, catedrático en la Universidad de Valencia, es el máximo representante español en el campo de la hipnosis clínica, habiendo conseguido aunar, con la meticulosidad que le caracteriza, ciencia y Psicología Aplicada. Esta labor ha sido auspiciada desde el propio **Colegio de Psicólogos de la Comunidad Valenciana (COPCV)** y desde el **Consejo General de Colegios de Psicólogos (COP)**, a través de la creación de la *Asociación de Hipnosis Experimental y Aplicada* o del *Grupo de Trabajo de Hipnosis Psicológica del COPCV*, así como del desarrollo de diferentes investigaciones.

### ENTREVISTA

**Infocop:** Recientemente, la Sociedad de Psicología de la Hipnosis (*Society of*

*Psychological Hypnosis*)- **División 30 de la APA**, ha reconocido su excelente contribución al desarrollo y al establecimiento científico y profesional de la hipnosis, concediéndole el *Premio Contribuciones Distinguidas a la Hipnosis Profesional*. A este respecto, nos gustaría mostrarle nuestras más sinceras felicitaciones por ello. ¿Qué significa este premio para usted?

**Antonio Capafons:** Para mí significa completar el primer premio que me dieron en 2007, en aquel caso por aportaciones a la investigación sobre hipnosis científica, ya que define mi perspectiva sobre la Psicología: unión entre investigación y aplicación. Además, supone el reconocimiento de la APA y su consideración hacia muchos profesionales que

se han implicado en este proyecto sobre difusión de la hipnosis profesional y en generar procedimientos hipnóticos que incrementen el bagaje de los profesionales de la Psicología para ayudar a aliviar y prevenir el sufrimiento humano. Considero que no es un premio exclusivamente a mi labor, sino a la de todas aquellas personas e instituciones nacionales e internacionales que han ayudado a tal difusión a través de distintos medios, como los docentes, la organización de simposios, jornadas, la publicación de monográficos sobre hipnosis (p. ej., *Papeles del Psicólogo*), de artículos, etc. Por lo tanto, son muchas las personas destinatarias de este premio. No obstante, creo que si alguien es merecedor de un reconocimiento más específico es



Antonio Capafons y Francisco Santolaya

**Francisco Santolaya Ochando** quien, desde su posición de decano del Colegio de la Comunidad Valenciana (COPCV) y presidente del Consejo General de Colegios Oficiales (COP), viene apoyando desde hace 20 años, de forma sistemática y con entusiasmo, todas las iniciativas que tanto yo, desde mi faceta de profesor universitario, como el *Grupo de Trabajo de Hipnosis Psicológica del COPCV*, al que pertenezco, le hemos planteado. Más aún, por haber tomado él mismo en varias ocasiones iniciativas en esta dirección de difusión de la hipnosis científica y su aplicación al mundo profesional. Sirva de ejemplo, el apoyo del COPCV a la *Asociación de Hipnosis Experimental y Aplicada*, cuya vicepresidencia ostenta y de la cual es socio fundador. Creo que debo dedicarle a Santolaya el premio por todas las oportunidades que ha dado a la hipnosis científica en España. En este sentido, quiero aprovechar para resaltar la abnegada, desinteresada y brillante labor, en absoluto lucrativa, de todos los

miembros del *Grupo de Trabajo de Hipnosis Psicológica del COPCV*, co-destinatarios destacados de este premio. Si entra en la siguiente Web: [www.grupohipnosiscopcv.es/index.htm](http://www.grupohipnosiscopcv.es/index.htm), se entenderá mejor por qué creo que el premio debe particularmente compartirse con, y dedicarse a, estas personas.

**I.: En relación con la hipnosis existen muchos mitos y concepciones erróneas. Como especialista en esta área, ¿podría explicarnos qué es concretamente la hipnosis? ¿Cuáles son los mitos más importantes sobre la hipnosis?**

**A.C.:** Llevaría realmente mucho tiempo dar una respuesta precisa a esta pregunta. Por ello, invito a que se visite la página Web indicada, donde se encontrarán varias definiciones de hipnosis, así como los principales mitos que existen sobre ella. Resumiendo mucho, podríamos decir que la hipnosis es una forma de influencia (y auto-influencia) social, en la que se usan las sugerencias para provo-

car cambios en procesos y eventos cognitivos, así como en las emociones, afectos, comportamientos motores, etc. Ello nos lleva a pensar que la hipnosis supone no sólo un conjunto amplísimo y variopinto de procedimientos, sino un *campo de estudio experimental* con ramificaciones en buena parte de las áreas de la Psicología. De ahí que la APA le haya destinado una división (30, *Society of Psychological Hypnosis*), lo que esperamos que sirva de ejemplo al COP.

En cuanto a los mitos, los podríamos resumir en tres: *la persona hipnotizada pierde el control voluntario sobre su comportamiento, por lo que es intrínsecamente peligrosa; la hipnosis no sirve para nada, es inerte; y, su contrario, la hipnosis es la solución perfecta*, para casi todo, especialmente para lo que la Psicología aún no tiene una solución satisfactoria.

**I.: Como experto en la materia, ¿para qué sirve la hipnosis? ¿Cuál es la evidencia empírica en relación con la eficacia de la hipnosis como técnica de tratamiento psicológico?**

**A.C.:** De nuevo remito a la página Web citada y a un artículo que publiqué con **Elena Mendoza**, a quien también le dedico de corazón el premio y con quien considero que lo comparto por todo lo que ha hecho para la difusión de la hipnosis científica y del *Modelo de Valencia de Hipnosis Despierta*, artículo que puede leerse en este enlace de *Papeles del Psicólogo*: [www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1699](http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1699).

Básicamente, podemos concluir que la hipnosis clínica es muy útil, sobre todo cuando se usa como coadyuvante, incrementado la eficiencia y la eficacia de tratamientos psicológicos y médicos, especialmente en los campos del dolor, de

la preparación a la cirugía, del tabaquismo y de otros problemas médico-psicológicos. Su aportación a la salud mental está menos investigada, pero hay serios indicios de su utilidad en depresión, ansiedad, etc. Finalmente, cabe afirmar que ofrece una buena relación eficacia y ahorro de costes, pues reduce la estancia hospitalaria, la medicación, etc., e incrementa, a su vez, la satisfacción del usuario por la intervención. Y, todo eso, sin demasiadas complicaciones a la hora de intervenir. No es magia, es, simplemente, Psicología.

**I.: En colaboración con el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos (COP), realizó una importante investigación sobre la hipnosis en la práctica profesional del psicólogo en nuestro país. ¿Podría resumirnos las principales conclusiones de este trabajo? A su juicio, ¿cuál es el estatus de esta técnica como herramienta en la práctica habitual de los profesionales de la Psicología?**

**A.C.:** Los resultados fundamentales están publicados en *Psicothema* ([www.psicothema.com/psicothema.asp?ID=3655](http://www.psicothema.com/psicothema.asp?ID=3655)), revista que siempre ha sido generosa con la hipnosis. Con todas las precauciones que deben tomarse a la hora de interpretar los resultados, por la metodología usada, las conclusiones fundamentales son: quienes contestaron a nuestra encuesta tenían una información bastante adecuada sobre la hipnosis, mostraban unas actitudes y creencias sobre la hipnosis bastante ajustadas, la practicaban poco, pero tenían mucho interés en recibir información y formación sobre ella.

**I.: En relación con estas conclusiones, ¿por qué cree que la hipnosis no se ha implantado de manera definitiva como técnica de intervención psicológica? ¿En qué se ha avanzado a**

**este respecto? ¿Cuáles deberían ser las líneas futuras de actuación respecto a la hipnosis?**

**A.C.:** Creo que son varios factores, seguro que más de los que voy a mencionar. No obstante, pienso que los más importantes son los siguientes: todavía se tiene cierto temor por parte de muchos profesionales, tanto a que el paciente pueda presentar problemas nuevos o agravar los ya existentes, debido al supuesto trance que genera la hipnosis, como a que los pacientes no entiendan por qué se les propone un procedimiento asociado a un tipo de espectáculo ridículo, o a charlatanes “curalotodo”. Pero, especialmente, creo que la Universidad no le ha prestado la debida importancia a la formación del psicólogo en este campo y los investigadores hemos adoptado, en ocasiones, una postura más victimista que de autoexigencia para demostrar que la hipnosis es un campo fundamental, no sólo en la aplicación e investigación en Psicología en general, sino para entender buena parte de nuestra historia como ciencia. Existen notables excepciones, como la UNED, la Universitat de Barcelona y, más recientemente, la Universidad de Málaga o el CEU San Pablo de Madrid. Pero, el peso de la docencia y la formación lo han llevado, fundamentalmente, los Colegios de Psicólogos. Finalmente, al estar excluida de las prestaciones sanitarias públicas, al menos en salud mental (y, de hecho, de las demás, pues en el real decreto sólo se menciona a la hipnosis para excluirla), y el mimetismo que otras compañías médicas privadas y mutuas han adoptado sobre esta exclusión, fomentan que muchos psicólogos se planteen para qué quieren la hipnosis si no la pueden usar salvo en la práctica privada o fuera de sus horarios laborales

públicos. Según mi experiencia de más de 20 años de docencia sobre hipnosis, buena parte del alumnado que asiste a cursos y talleres de iniciación en hipnosis clínica, lo hacen más por curiosidad y para mejorar su cultura psicológica que por que tengan intención clara de usarla; aunque, al acabar esos cursos y talleres, se plantean seriamente el utilizarla como una herramienta más, pero que marca todo un *estilo* de hacer intervención psicológica.

**I.: Para finalizar, ¿le gustaría añadir alguna otra cuestión?**

**A.C.:** Sí. Me gustaría resaltar que este premio ratifica una vez más que en España se hace una Psicología de alto nivel. Que podemos exportar nuestros métodos y modelos a países de donde más bien los solemos importar y, por ello, animo a todos a quienes aún no lo han intentado a que lo hagan. La Universidad y el COP, trabajando juntos, demuestran que hay pocas barreras que los psicólogos y psicólogas no podamos superar y pocos objetivos que no podamos alcanzar. Ésta es la conclusión que me gustaría poder transmitir a mis colegas y alumnado. Creo que el siguiente paso es eliminar la prohibición de usar la hipnosis en el sistema de salud público. Estoy convencido de que, entre ambos colectivos, lo podremos lograr. Obviamente, debo terminar agradeciendo a la *División 30 de la APA* la enorme deferencia que ha tenido al otorgarme este premio, así como la confianza que deposita en el grupo al que pertenezco. También, por supuesto, he de agradecer a todos los alumnos y profesionales que durante 20 años han confiado en nosotros a la hora de cursar docencia en este longevo campo científico, pero no tan conocido como se merece, que es la hipnosis.