

Riviste e pubblicazioni internazionali

A cura di Renzo Balugani*, Antonella Ciaramella** e Nicolino Rago***

*Ricevuto il 15/02/2022
Accettato il 20/05/2022*

Riassunto

Questa sezione raccoglie riassunti dalla letteratura internazionale recente riguardante l'ipnosi in molti ambiti. In questo numero il focus principali sono: (1) la relazione tra lo stato ipnotico e i fattori correlati al trauma e alla dissociazione, sia nel trattamento dei bambini sia in pazienti adulti; (2) l'utilizzo di misure nuove e affidabili della suscettibilità ipnotica, sia con mezzi tradizionali, che con il ricorso a dispositivi portatili e (3) i processi neuro-comportamentali e i meccanismi neurobiologici sottostanti all'ipnosi. Questo numero complessivamente fornisce indizi importanti circa l'efficacia e l'autenticità dei fenomeni inerenti all'ipnosi.

Parole chiave: ipnosi, trattamento, dolore, ansia, psicoterapia.

* Psicologo, psicoterapeuta, ipnoterapeuta, didatta scuola di ipnosi e psicoterapia ericksoniana, Via Giuseppe Ruggi 10, 40137 Bologna (BO). E-mail: renzo.balugani@gmail.com

** MD, psychosomatic center, GIFT Institute of Integrative Medicine, Via Mezzanina 12, 56121 Pisa (PI). E-mail: ciarantogift@gmail.com

*** Psicologo, psicoterapeuta, ipnoterapeuta Centro Clinico, Corso Trieste, 146, 00198, Roma, Via Beato Angelico Villa 1, 06062 Città della Pieve, Perugia (PG). E-mail: info@nicolinorago.it

Ipnosi (ISSN 1971-0461, ISSNe 1972-4985), n. 1, 2022
DOI: 10.3280/IPN2022-001008

Abstract

This section collects abstracts from the most recent international literature regarding hypnosis in main domains. In this number the main focuses are: (1) the relationship between the hypnotic state and trauma and dissociation related factors, both in the treatment of children and the adult patients; (2) the use of new, reliable measures of hypnotic susceptibility, both in traditional ways and using personal devices; (3) the neurobehavioral processes and neurobiological mechanisms underpinning hypnosis. This issues overall conveys important cues toward the effectiveness and authenticity of hypnosis-related phenomena.

Keywords: hypnosis, treatment, pain, anxiety, psychotherapy.

Slonena E.E., Elkins G.R. (2021). Effetti di un intervento ipnotico breve di mindfulness sulla reattività allo stress: uno studio randomizzato a controllo attivo, *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 69(4): 453-467. DOI: 10.1080/00207144.2021.1952845. È stata testata una metodica originale di ipnosi mindful audio-mediata (BMH) per ridurre la reattività allo stress durante lo Stress Test di Treviri (TSST). Cinquantacinque partecipanti in età da collage sono stati attribuiti in modo casuale al BMH o ad una condizione di controllo attivo di training cognitivo (CT). I partecipanti hanno ricevuto una sessione di BMH o di CT e hanno scaricato un intervento audio-registrato per fare pratica a casa ogni giorno. All'incirca una settimana dopo, i partecipanti hanno ricevuto la seconda sessione di BMH o CT e hanno compilato il TSST. I risultati indicavano che la BMH produceva effetti significativi di media portata nella riduzione della reattività allo stress e nello stress della settimana, e un aumento nella mindfulness, associati ad aumento di notevole entità nel rilassamento immediato in confronto con il controllo attivo mediante CT. La BMH ha dimostrato eccellente aderenza ed è stata valutata come molto soddisfacente, semplice da praticare, di beneficio e con miglior probabilità di essere usata nel futuro. Questo studio fornisce il primo supporto empirico riguardo alla superiorità della BMH rispetto a un intervento di controllo attivo per la riduzione della reattività allo stress e concomitante significativo aumento della mindfulness e rilassamento.

Casula C. (2022). Stimolare i processi inconsci con le metafore e la narrazione, *American Journal of Clinical Hypnosis*, 2:1-16. DOI: 10.1080/00029157.2021.2019670. Le metafore, le analogie, le favole, le parabole, i miti, gli aforismi, gli aneddoti, e le storie sono mezzi comunicativi efficaci utilizzati per scopi educativi, suggestivi e persuasivi. Sono parte della comunicazione pragmatica e strategica con l'intento di conferire valori, suggerire sentimenti, pensieri e comportamenti finalizzati a massimizzare gli obiettivi clinici. In ambito filosofico questi strumenti sono usati per spiegare concretamente un concetto astratto, come nella storia dei

porcospini di Schopenhauer, per dare il messaggio della giusta distanza tra le persone: né troppo vicini al punto da pungersi, né troppo lontani al punto da sentire freddo. Anche Freud usò una metafora per spiegare il concetto dell'inconscio, rappresentato come la parte immersa di un iceberg. Nell'ambito della psicoterapia questi strumenti sono usati da chi crede nella maggior efficacia della comunicazione indiretta. Le metafore e le narrazioni sono concepite come dirette ad un inconscio creativo che può creare connessioni autonomamente per promuovere un processo di cambiamento evolutivo senza incappare nel vaglio della logica e della razionalità della mente conscia. Questo articolo descrive l'uso personale di questi strumenti da parte dell'autrice nella propria pratica clinica.

Lanfranco R.C., Rivera-Rei Á., Huepe D., Ibáñez A., Canales-Johnson A. (2021). Oltre l'immaginazione: l'allucinazione visiva ipnotica induce maggior attività cerebrale lateralizzata rispetto all'immaginazione mentale visiva. *Neuroimage*, 1(239): 118282. DOI: 10.1016/j.neuroimage.2021.118282. Le suggestioni ipnotiche producono un ampio range di esperienze percettive, incluse le allucinazioni. Le allucinazioni visive ipnotiche differiscono in molti modi dalle immagini mentali ordinarie. Per esempio, sono usualmente vissute come immagini automatiche, vivide e reali, tipicamente in grado di intaccare il senso della realtà. Mentre si ritiene che sia l'allucinazione visiva e la mental imagery siano mediate dall'attivazione della corteccia visiva attraverso meccanismi top-down, non è noto in cosa differiscano a livello di processi neurali coinvolti. Qui abbiamo usato un paradigma di adattamento per testare e comparare la processazione top-down dell'allucinazione visiva e dell'imagery mentale con la percezione visiva in soggetti ad alta suggestionabilità di cui si era valutata l'abilità ad allucinare. Misurando il complesso evento-relato N170/VPP e usando una analisi di decodifica multivariata, abbiamo riscontrato che l'allucinazione visiva di volti coinvolge un'attivazione top-down della processazione sensoriale attraverso meccanismi neurali lateralizzati nell'emisfero destro maggiore di quella dell'imagery mentale. I nostri risultati suggeriscono che la firma neurale che distingue i volti allucinati ipnoticamente risiede nell'emisfero cerebrale destro.

Sugarman L.I. (2021). Lasciarsi alle spalle l'ipnosi? *American Journal of Clinical Hypnosis*, 64(2): 139-156. DOI: 10.1080/00029157.2021.1935686. La nostra coscienza e la nostra pratica dell'ipnosi coevolvono. Dalle prime civiltà ad oggi, possiamo pensare alla fonte delle nostre capacità e conoscenze, insieme alla nostra autoscienza, come un progresso da esterno e obbligato a interno e autonomo. Questa prospettiva è in linea con la tesi di Jaynes sull'origine della coscienza e la sua traiettoria che va da una mente bicamerale, all'aumento dell'autoefficacia e fino alla coscienza superiore. Con l'emergere continuo della nostra coscienza soggettiva e narrativa arriva lo spostamento e la moltiplicazione delle risorse per l'autodeterminazione razionale, condivisa, compassionevole e creativa. Tuttavia, la pratica formale dell'ipnosi terapeutica, specialmente all'interno di modelli biomedici e psicologici riduttivi e basati sulla diagnosi, è rimasta indietro rispetto all'evoluzione della coscienza. Gran parte della storia dell'ipnosi ha aderito al pa-

radigma bicamerale. Abbiamo riservato un posto di prestigio a un'entità esteriorizzata e venerata a cui attribuiamo inconsciamente le nostre capacità innate e straordinarie. Le applicazioni creative dell'ipnosi di Erickson e l'espansione del suo lavoro ad opera di Rossi hanno segnato un necessario emergere da quel paradigma che incoraggia l'auto-autorizzazione e sposta la pratica dell'ipnosi verso un orizzonte più evocativo, sistematico e numinoso.

Sine H., Achbani A., Filali K. (2022). L'effetto dell'ipnosi sull'intensità del dolore e dell'ansia nei pazienti oncologici: una revisione sistematica di studi sperimentali controllati, *Cancer Investigations*, 40(3): 235-253. DOI: 10.1080/07357907.2021.1998520. Background: il dolore è un sintomo comune nei pazienti oncologici. L'ipnosi è considerata una delle tecniche non farmacologiche più riconosciute nella gestione del dolore. In oncologia, questa tecnica può essere utilizzata come trattamento complementare per ridurre il livello di dolore e d'ansia. L'obiettivo di questo studio è di rivedere e valutare sistematicamente studi clinici controllati (CCT) che esaminano l'effetto dell'ipnosi sull'intensità del dolore e dell'ansia nei pazienti oncologici. Metodi: è stata condotta una revisione sistematica secondo le raccomandazioni degli "Elementi di segnalazione preferiti per revisioni sistematiche e meta-analisi" (PRISMA). Il database di revisione sistematica Cochrane, i database abstract, Scopus, PubMed, Google Scholar e Cochrane Library sono stati revisionati sistematicamente dal 2005 al 2018. Risultati: Undici CCT con un totale di 1182 partecipanti hanno soddisfatto i criteri di inclusione e sono stati inseriti in questa revisione. I partecipanti erano principalmente donne (n = 968). La loro età media oscilla tra i 48 e i 58 anni. Il dolore percepito è stato misurato principalmente attraverso la Scala Analogica Visiva (VAS)/Scala di Valutazione Numerica del Dolore (NPRS), l'ansia è stata misurata con la Scala dell'Ansia e della Depressione Ospedaliera (HADS). L'ansia e il dolore correlati all'ipnosi sono diminuiti significativamente rispetto al trattamento abituale. Conclusioni: l'evidenza suggerisce risultati promettenti dell'ipnosi nella gestione del dolore e dei livelli di ansia nella stragrande maggioranza dei pazienti oncologici. Tuttavia, a causa del disegno esplorativo e dell'alto rischio di bias, l'efficacia dell'ipnosi o dell'ipnoterapia nel ridurre i livelli di dolore e ansia rimane poco chiara. Sono necessari studi randomizzati controllati (RCT) più rigorosi.

Langlois P., Perrochon A., David R., Rainville P., Wood C., Vanhauthuyse A., Pageaux B., Ounajim A., Lavallière M., Debarnot U., Luque-Moreno C., Roulaud M., Simoneau M., Goudman L., Moens M., Rigoard P., Billot M. Ipnosi per gestire il dolore cronico muscoloscheletrico e neuropatico: una revisione sistematica e una meta-analisi, *Neuroscience and Biobehavioural Review*, 19(135): 104591. DOI: 10.1016/j.neubiorev.2022.104591. Questa revisione sistematica e meta-analisi mira a identificare e quantificare le attuali prove disponibili dell'efficacia dell'ipnosi nel gestire il dolore nei pazienti con dolore muscoloscheletrico e neuropatico cronico. Sono stati inclusi studi randomizzati controllati (RCT) che utilizzavano l'ipnosi e/o l'autoipnosi per gestire il dolore cronico muscoloscheletrico e/o neuropatico negli adulti e che valutavano l'intensità del dolore.

Sono state escluse revisioni, meta-analisi, studi clinici non randomizzati, case report e abstract di congressi. Cinque database, fino al 13 maggio 2021, sono stati usati per cercare RCT che utilizzano l'ipnosi per gestire il dolore cronico muscoloscheletrico e/o neuropatico. Il protocollo è iscritto sul registro PROSPERO (CRD42020180298) e per questa revisione non è stato ricevuto alcun finanziamento specifico. La valutazione del rischio di bias è stata condotta secondo lo strumento Cochrane risk of bias rivisitato per studi randomizzati di controllo (RoB 2.0). Sono stati presi in considerazione nove RCT ammissibili, per un totale di 530 partecipanti. Le analisi principali hanno mostrato una moderata diminuzione dell'intensità del dolore (g di Hedge: -0,42; p = 0,025 dopo l'intervento, g di Hedge: -0,37; p = 0,027 dopo un follow-up a breve termine) e dell'interferenza del dolore (g di Hedge: -0,39; p = 0,029) dopo l'ipnosi rispetto agli interventi di controllo. È stata trovata una significativa dimensione dell'effetto da moderata a grande dell'ipnosi rispetto ai controlli per 8 sessioni o più (g di Hedge: -0,555; p = 0,034), rispetto a un effetto piccolo e non statisticamente significativo per meno di 8 sessioni (g di Hedge: -0,299; p = 0,19). Questi risultati suggeriscono che un trattamento ipnotico della durata minima di 8 sessioni potrebbe offrire un approccio complementare efficace per gestire il dolore cronico muscoloscheletrico e neuropatico. Sono necessarie ricerche future per delineare la rilevanza dell'ipnosi nella pratica e il metodo più efficace.

Wolf T.G., Faerber K.A., Rummel C., Halsband U., Campus G. (2022). Cambiamenti funzionali nell'attività cerebrale mediante l'ipnosi: una revisione sistematica, *Brain Sciences*, 12(1): 108. DOI: 10.3390/brainsci12010108. L'ipnosi si è rivelata un metodo potente in indicazioni come il controllo del dolore e la riduzione dell'ansia. Come discusso di recente, ha suscitato maggiore attenzione dal punto di vista medico/odontoiatrico. Questa revisione sistematica (PROSPERO-registration-ID-CRD42021259187) mirava a valutare criticamente e discutere i cambiamenti funzionali nell'attività cerebrale utilizzando l'ipnosi per mezzo di diverse tecniche di imaging. Studi randomizzati controllati, studi di coorte, comparativi, trasversali, di valutazione e di convalida da tre database – Cochrane, Embase e Medline tramite PubMed dal gennaio 1979 ad agosto 2021 – sono stati esaminati utilizzando una stringa di ricerca preparata ad hoc e seguendo gli elementi di segnalazione preferiti per Linee guida per la revisione sistematica e le meta-analisi (PRISMA). Sono stati identificati un totale di 10.404 articoli, 1194 duplicati sono stati rimossi e 9190 documenti sono stati scartati dopo aver consultato titoli/abstract degli articoli. Infine, 20 articoli sono stati valutati per l'idoneità e 20 articoli sono stati inclusi dopo una ricerca manuale (totale = 40). Nonostante un'ampia eterogeneità degli studi inclusi, sono state identificate prove di cambiamenti funzionali nell'attività cerebrale mediante l'ipnosi. Le ampiezze del riflesso di trasalimento dell'elettromiografia (EMG) determinano una maggiore attività nell'area cerebrale frontale; le ampiezze utilizzando i potenziali correlati agli eventi somatosensoriali (SERP) hanno mostrato risultati simili. Le oscillazioni dell'attività θ dell'elettroencefalografia (EEG) sono positivamente associate alla risposta all'ipnosi. I risultati dell'EEG hanno mostrato ampiezze maggiori per soggetti al-

tamente ipnotizzabili sull'emisfero sinistro. Meno attività durante l'ipnosi è stata osservata nell'insula e nella corteccia cingolata anteriore (ACC).

Moreno Hernández D., Téllez A., Sánchez-Jáuregui T., García C.H., García-Solís M., Valdez A. (2022). Ipnosi clinica per la riduzione del dolore nella mastectomia del cancro al seno: uno studio clinico randomizzato. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*;70(1): 4-15. DOI: 10.1080/00207144.2022.2003697. Le procedure chirurgiche per il trattamento del cancro al seno sono comunemente seguite dal dolore. L'ipnosi clinica ha dimostrato di essere efficace nel ridurre il dolore durante e dopo l'intervento chirurgico, ma la maggior parte degli studi ha utilizzato scale analogiche, che misurano solo l'intensità del dolore. Lo scopo di questo studio era di valutare l'effetto dell'ipnosi clinica sull'intensità del dolore e la sua interferenza nelle attività quotidiane nei pazienti prima e dopo la mastectomia. I pazienti sono stati valutati utilizzando il Brief Pain Inventory. Quaranta pazienti sono stati assegnati in modo casuale a un gruppo sperimentale o di controllo e valutati 5 volte: 1) basale, 2) dopo una sessione di ipnosi clinica, 3) prima dell'intervento chirurgico, 4) 1 giorno dopo l'intervento chirurgico e 5) 1 settimana dopo l'intervento chirurgico (follow-up). I risultati hanno mostrato che dopo l'intervento chirurgico il gruppo ipnotico ha avuto una riduzione statisticamente significativa dell'intensità del dolore, una minore interferenza del dolore con le attività quotidiane, con il sonno e piacere della vita rispetto al gruppo di controllo. L'ipnosi clinica può essere raccomandata come procedura di trattamento complementare per la riduzione del dolore post-mastectomia e il miglioramento della qualità della vita di questi pazienti.

Ciaramella A. (2022). Placebo e ipnosi in ambito clinico: fattori contestuali nell'analgesia ipnotica. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 64(3): 223-238. DOI: 10.1080/00029157.2021.1954872. L'ipotesi che l'analgesia ipnotica produca effetti placebo è controversa. È stato suggerito che la suscettibilità ipnotica sia la dimensione cognitiva che può distinguere l'ipnosi dall'analgesia placebo. Lo scopo di questo studio è di indagare il ruolo della relazione tra paziente e terapeuta, che si presume produca l'effetto placebo, nel contesto clinico del trattamento ipnotico del dolore. Settanta soggetti hanno ricevuto l'ipnosi somministrata dal terapeuta di persona (Gruppo A) e 37 hanno praticato l'autoipnosi (Gruppo B) per 8 settimane. La scala di amplificazione somatosensoriale (SSAS), la scala di suscettibilità ipnotica di Stanford di tipo A, il test dello stimolo doloroso freddo (CPT) e l'SCL-90 sono stati somministrati al basale e le dimensioni del questionario sul dolore italiano (IPQ) sono state utilizzate come misure di esito. Il SSAS sembrava riflettere l'efficacia dell'analgesia ipnotica in tutte le variabili del dolore esplorate, ma solo nel gruppo B. A 8 settimane è stato riscontrato un miglioramento dell'intensità del dolore e di tutte le dimensioni dell'IPQ. In particolare, dopo l'analgesia ipnotica è stato registrato un miglioramento della dimensione affettiva del dolore, con una dimensione dell'effetto medio-alta ($\eta^2 = .774$), con esito migliore nel Gruppo A rispetto al Gruppo B ($p = .001$). Questo risultato era indipendente dalla suscettibilità ipnotica in entrambi i gruppi. Considerando la nostra ipotesi che, data la sommi-

nistrazione delle stesse suggestioni, il terapeuta possa favorire la risposta placebo, contribuendo al miglioramento della dimensione affettiva dell'esito del dolore, che mostrava una risposta al trattamento ipnotico indipendente dalla suscettibilità ipnotica.

Rossi E.L. (2021). Shock psicologici e momenti creativi in psicoterapia, *American Journal of Clinical Hypnosis*, 64(2): 171-184. DOI: 10.1080/00029157.2021.1999146. L'uso dello shock psicologico da parte di Milton H. Erickson è illustrato con cinque dei suoi casi clinici con e senza l'uso dell'ipnosi. L'autore delinea una serie di principi per l'uso sicuro e di successo di tale terapia d'urto. Il concetto di shock psicologico di Erickson viene quindi integrato con le opinioni dell'autore sulla facilitazione dei momenti creativi come essenza della psicoterapia. Viene discussa una questione teorica di base: l'ipnoterapia (e la psicoterapia in generale) deve riguardare la sintesi effettiva di nuove strutture psichiche o si occupa principalmente del riutilizzo creativo degli apprendimenti precedenti?