

UNIVERSIDADE SÃO JUDAS TADEU
ODONTOLOGIA - GRADUAÇÃO

GUSTAVO DE SOUZA LIMA
LUIZ FERNANDO RODRIGUES
PAMELA TOLEDO PEREZ

HIPNODONTIA
O USO DA HIPNOSE NA ODONTOLOGIA

SÃO PAULO
2022

GUSTAVO DE SOUZA LIMA
LUIZ FERNANDO RODRIGUES
PAMELA TOLEDO PEREZ

HIPNODONTIA
O USO DA HIPNOSE NA ODONTOLOGIA

Trabalho apresentado a Universidade São Judas
de São Paulo- Mooca como parte dos requisitos
para conclusão do curso de graduação
em Odontologia.

Orientadora: Ronilza Matos
Coorientador: Alexandre Roca

SÃO PAULO
2022

Agradecimentos

Agradecemos a Deus por ter dado para nós a oportunidade de ter acesso a todos esses ensinamentos, por termos chegado até aqui.

Agradecemos também ao nosso Coorientador Alexandre Roca que nos deu todo apoio e ensinamentos sobre hipnose clínica, se não tivéssemos conhecido ele com certeza nós não teríamos escolhido um tema tão necessário quanto esse.

A nossa orientadora Ronilza Matos, que nos apoiou no decorrer do curso inteiro, fez com que o nosso trabalho fluísse com tranquilidade e que não desistiu da gente em nenhum momento, sem ela nada disso estaria se tornando realidade. Uma profissional e amiga incrível!

E para finalizar com chave de ouro aos nossos pais que sempre nos apoiaram e batalharam muito para chegarmos até aqui.

A cada um de vocês nós só temos GRATIDÃO!

Resumo

Neste trabalho, temos como objetivo, apresentar a hipnose como uma ferramenta que vem sendo muito utilizada nos últimos anos, para facilitar os atendimentos em diversas áreas da saúde, como, Medicina, Fisioterapia, Psicologia, Fonoaudiologia e na Odontologia, que é o nosso principal tema abordado. Uma técnica de baixo custo, sem restrições de saúde, substituindo o uso de alguns fármacos, e com muita eficiência em diversos tratamentos, principalmente de doenças psicossomáticas.

A hipnose, foi descoberta a muitos anos, por Franz Anton Mesmer (1734-1815), que uma vez viu um artista de rua usando ímãs em pessoas, e ele percebeu que esse artista conseguia tirar lágrimas, e gargalhadas das pessoas, somente com movimentos e ímãs, Mesmer decidiu então se aprofundar mais sobre o assunto, e percebeu que poderia curar enfermidades através da técnica, que no começo foi chamada de “mesmerismo” ou “magnetismo animal”. Alguns anos depois, com diversas pesquisas sendo feitas, a hipnose começou a ganhar mais espaços, na medicina principalmente, uma ferramenta que foi utilizada e salvou muitas vidas durante guerras, logo depois, Dave Elman (1900-1967) conhecido como o “Pai da Hipnose Médica”, desenvolveu um método para levar as pessoas ao transe hipnótico em 3 minutos, que é um dos métodos mais utilizados na hipnose até os dias de hoje. Reconhecida por diversos Conselhos Federais, a hipnose hoje é uma ferramenta muito útil, e de grande valia para muitos profissionais das diversas áreas da saúde.

Abstract

In this work, we aim to present hypnosis as a tool that has been widely used in recent years to facilitate care in various areas of health, such as Medicine, Physiotherapy, Psychology, Speech Therapy and Dentistry, which is our main focus. theme addressed. A low-cost technique, without health restrictions, replacing the use of some drugs, and with great efficiency in various treatments, mainly psychosomatic illnesses.

Hypnosis was discovered many years ago by Franz Anton Mesmer (1734-1815), who once saw a street artist using magnets on people, and he realized that this artist was able to draw tears, and laughter from people, only with movements and magnets, Mesmer then decided to go deeper into the subject, and realized that he could cure illnesses through the technique, which in the beginning was called "mesmerism" or "animal magnetism". hypnosis began to gain more space, in medicine mainly, a tool that was used and saved many lives during wars, soon after, Dave Elman, (1900-1967) known as the "Father of Medical Hypnosis", developed a method to take the people to the hypnotic trance in 3 minutes, which is one of the most used methods in hypnosis until today. Recognized by several Federal Councils, hypnosis today is a very useful tool, and of great value for many professionals in different areas of health.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	6
2. OBJETIVO.....	6
3. METODOLOGIA.....	6
4. REVISÃO DE LITERATURA.....	6
4.1. Breve história da hipnose.....	6
4.2. Modelo da mente.....	8
4.3. Aplicação da hipnose clínica.....	9
4.4. Aplicação da hipnose na odontologia.....	10
4.4.1. Analgesia.....	10
4.4.2. Bruxismo.....	10
4.4.3. Odontofobia.....	11
5. DISCUSSÃO.....	11
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	12
7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	13

1. Introdução

Hipnose é um estado da mente subconsciente onde há o aumento do foco em determinado momento. Nesse estado a mente está mais suscetível a aceitar sugestões (Percia, 2022).

A história moderna da hipnose começa com um médico francês Anton Mesmer, no final do século XVI, um médico que acreditava que as doenças do corpo tinham como causa, um desalinhamento energético (Volpato, 2019).

No Brasil, o Conselho Federal de Odontologia foi o primeiro órgão representativo de uma categoria profissional que reconheceu a hipnose como ferramenta clínica (1993), seguido pelos Conselho Federal de Medicina (1999), Conselho Federal de Psicologia (2000), Conselho Federal de Fisioterapia e Terapias Ocupacionais (2010), Conselho Federal de Enfermagem (2018) e Conselho Federal de Fonoaudiologia (2020) (SBH, 2022).

A hipnose clínica é utilizada como ferramenta em diversos tratamentos terapêuticos como: ansiedade, depressão, fobias, luto, traumas e entre outros (Simões, Marto, 2013).

Já na odontologia, a mesma pode ser utilizada para tratamentos de bruxismo, pacientes que possuem medo de dentistas(odontofobia), analgesias (Volpato, 2019).

Utilizando a hipnose como uma ferramenta a mais na odontologia podemos facilitar o atendimento, fazendo com que diminua o tempo, gere menos traumas nos pacientes e até mesmo trate alguns traumas que o paciente possa ter, tornando também o atendimento mais tranquilo (Percia, 2022).

2. Objetivo

O objetivo deste trabalho é elucidar o uso da hipnose clínica (terapêutica) e seus benefícios durante o tratamento odontológico.

3. Metodologia

A revisão de literatura foi realizada com buscas em livros, nas bases de dados PubMed e google acadêmico, utilizando os descritores.

Com critérios de inclusão, foram: Artigos em língua portuguesa e inglesa, dos últimos 18 anos, no qual foram encontrados 866 artigos publicados, foram incluídos 11 artigos para o trabalho. Dentre os artigos, 11 revisões de literatura; os critérios de exclusão foram os artigos que não estavam relacionados ao tema da hipnose clínica.

4. Revisão de literatura

4.1. Breve história da hipnose

A hipnose já era feita em diversos lugares como Índia, China, Grécia entre outros.

- Franz Anton Mesmer (1734-1815):

Nascido na Áustria, é considerado o pai da hipnose. O mesmerismo é um processo que induz ao transe através de uma série de movimentos elaborados com as mãos e usando o Magnetismo sobre as pessoas (Lee, 2018).

Certa vez, viu um artista de rua utilizando alguns ímãs nas pessoas, causando algumas sensações, como por exemplo gargalhadas ou lágrimas (Lee, 2018).

Mesmer então decidiu se aprofundar no assunto e descobriu que todas as espécies possuem um campo magnético e que quando esse campo está desalinhado, as doenças surgem e se ele conseguisse alinhar esse campo com a ajuda da natureza, ele promoveria a cura de qualquer enfermidade, portanto, começou a utilizar imãs, fixação do olhar e movimento das mãos (Percia, 2022). As técnicas de Mesmer começaram a ficar muito famosas, ele as chamava de Mesmerismo ou Magnetismo animal, a demanda de pacientes começou a aumentar e ele criou um acessório chamado baquet, que podia ser utilizado por 20 pessoas ao mesmo tempo, levando Mesmer a atender cerca de 300 pacientes por dia (Percia, 2022).

Os médicos não gostaram muito disso e decidiram levar ao rei da época. O rei, para apaziguar, ofereceu uma recompensa a Mesmer para que ele revelasse o segredo e ensinasse outros médicos, porém, recusou pagar o valor que Mesmer pediu (Percia, 2022).

Logo em seguida, o rei convocou um comitê científico liderado pelo médico Benjamin Franklin.

Após muito estudo, Benjamin concluiu que a cura só existia se houvesse a imaginação, se não, nada aconteceria e por fim, Mesmer foi considerado um charlatão (Percia, 2022).

- James Esdaile (1808-1859):

James Esdaile, morava na Índia, foi pioneiro no uso extensivo da hipnose na cirurgia, pois alcançava um estado tão profundo de anestesia sem dor.

Esdaile estudou as obras de Mesmer e, assim foi conhecendo a possibilidade de cura pela utilização do mesmerismo e descobriu que a pessoa sob o estado de hipnose não sentia dor (Lee, 2018).

- James Braid (1795-1860):

A palavra hipnose, foi usada pela primeira vez pelo Barão D'Henin de Cuvillers, um estudioso que observava escritos do Egito antigo, onde eles faziam menção aos deuses, Hypnos era o deus grego do sono, porém, quem realmente popularizou o termo hipnose foi James Braid (Lee, 2018).

James, que era um grande fã de Mesmer e acidentalmente descobriu que pela fixação do olhar, também podia induzir as pessoas ao transe e a partir disso, começou a desenvolver uma nova técnica e publicou um artigo apontando os erros de Mesmer e iniciando novos experimentos para provar que os resultados não vinham por campos magnéticos e sim pelo cansaço da mente associada ao repouso do corpo (Lee, 2018).

Não demorou muito para James perceber que o estado de transe não tinha nada a ver com sono, portanto, sugeriu a mudança do nome para monoidismo (Lee, 2018).

Durante um período, a hipnose chegou a ser esquecida devido à má fama, pois na época, era difícil entender a natureza e a dinâmica dos fenômenos, porém, foi resgatada por duas escolas renomadas na França (Lee, 2018).

- Milton Erickson (1901-1980):

Nascido nos Estados Unidos, criador da hipnose ericksoniana, linguagem indireta, utiliza metáforas no seu processo de comunicação (Lee 2018).

4.2. Modelo da mente

Mente e cérebro são coisas diferentes, o cérebro é o principal órgão do sistema nervoso localizado dentro do crânio, já a mente é o estado da consciência ou subconsciência que possibilita a expressão da natureza humana, ela não é palpável (Lucas, 2018).

Nós temos 3 mentes distintas e separadas, a mente consciente, abaixo dela a mente subconsciente e mais fundo a mente inconsciente (que é a responsável em nos manter vivos) (apud ARRUDA, 2015).

Mente consciente é onde passamos a maior parte do nosso tempo, mas ela faz apenas 4 coisas e nada mais, ela analisa e toma decisões a todo momento, ela é racional, precisa ter uma justificativa para tudo que faz, terceira função é a força de vontade serve para te dar aquele empurrãozinho quando você decide começar ou concluir alguma coisa, o problema é que é por um curto prazo e a quarta função é a memória de curto prazo ou memória funcional o objetivo dela é guardar as informações no dia a dia, de forma temporária, um exemplo é quando você pede uma bebida ao garçom, ele guarda aquela informação até te levar a bebida e depois é descartado (Lucas, 2018).

A mente subconsciente ela deve nos tornar naquele tipo de pessoa que percebe que nós somos baseados em toda programação que nos foi inserida e ela tem a memória de longo prazo, emoções, hábitos, ociosidade e autopreservação (Lucas, 2018).

A primeira função do subconsciente é armazenar todas as memórias da sua vida, já a segunda é quase tudo que fazemos vira um hábito, não precisamos pensar para abrir a torneira, ou para escovar os dentes por exemplo, entramos naquele estado que chamamos de "automático", também responsável por fazer com que você aprenda a lidar com suas emoções, por isso que cada pessoa lida de forma diferente, por exemplo na hora da raiva quando você diz coisas que não falaria ou faria se estivesse tranquilo e depois se questiona do porque fez ou disse algo então você se deparou com a sua mente subconsciente lidando com a sua emoção, a autopreservação também é responsável pela subconsciência porque nos protege de qualquer coisa que ela pensa podendo ser um perigo real ou criado por nós mesmos, se ela sentir risco ela criará uma forma de evitar isso da maneira que achar mais fácil e rápida mesmo que você não concorde. Uma das coisas que o subconsciente mais evita são as mudanças (ociosidade) pois ele não quer que possivelmente nos frustremos tentando fazer algo novo e desconhecido (VANDENBOS, 2015).

Tudo que está na mente subconsciente é real para você portanto para uma mudança efetivamente ocorrer ela deve estar escrita na mente subconsciente, mas não é tudo que ouvimos que entra na mente subconsciente, entre a mente consciente e subconsciente tem uma barreira que é chamada de fator crítico que é aquela parte que julga como certo ou errado e então escolhe se pode entrar ou não no subconsciente de acordo com as programações instaladas lá, uma forma de atravessar essa barreira é programar algo positivo através da hipnose (Lucas, 2018).

A hipnose é atravessar o fator crítico e estabelecer um pensamento ou sentimento aceitável (Kein 1939-2017).

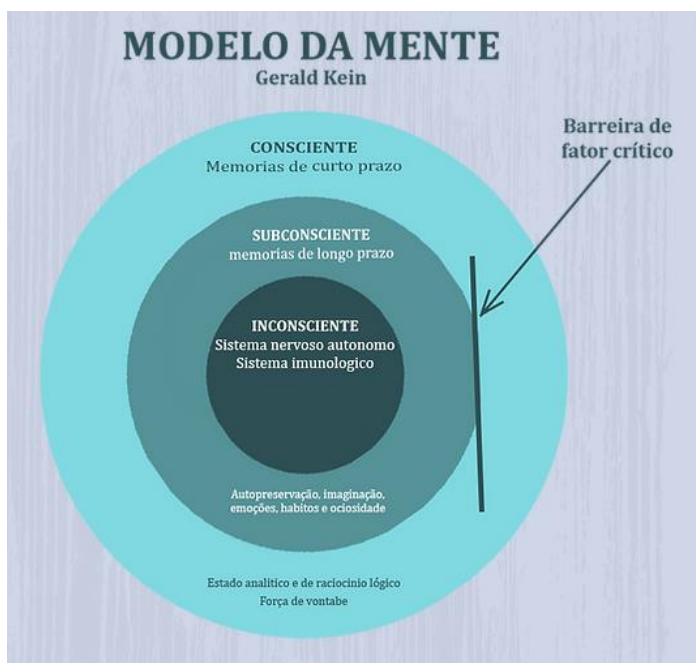


Figura 1. Fonte: Instituto Hypnosis- modelo da mente

4.3. Aplicação da hipnose clínica

A Hipnose é aplicada clinicamente em algumas áreas da saúde, tais como Medicina, Psicologia, Fisioterapia, Enfermagem, Fonoaudiologia e Odontologia; todas reconhecidas por seus conselhos federais (SBH, 2022).

Cada uma dessas áreas utiliza essa ferramenta como método complementar, podendo tratar medos, traumas, auxiliando na diminuição de dores e desconfortos, ou até mesmo no estado de anestesia total (Esdaile), para realização de procedimentos cirúrgicos e não-cirúrgicos. (SBH, 2022)

Exemplificando, na Psicologia, utiliza-se essa ferramenta para ajudar na localização de traumas sofridos na infância, ou até mesmo na juventude ou vida adulta, em memórias que já não estão mais em nossa mente consciente, que já não é possível lembrarmos com facilidade usando apenas nossa mente racional, sendo assim o profissional utiliza a Hipnose para identificar através do subconsciente a raiz do problema, o fator gerador de todo o trauma que o seu paciente está procurando uma solução, e esta memória quando identificada é ressignificada, modificando da mente do paciente o medo ou trauma que aquela memória estava causando, tratando assim a depressão, ansiedade, TDAH, algumas limitações do paciente que existem por medo ou vergonha, entre outras mais (Silva, 2005).

Na Fisioterapia a Hipnose é utilizada como uma ferramenta para diminuição e controle da dor, no estado de transe a pessoa tem um controle mental maior, fazendo com que seja obtido melhores resultados e desempenho durante os exercícios de reabilitação, e existem estudos que falam sobre o tratamento da fibromialgia também utilizando a Hipnose (Nogueira, Lauretti, Costa, 2005).

Outra área em que a hipnose pode ter um papel muito importante é na Fonoaudiologia, um dos exemplos é no tratamento da "gagueira" ou "tartamudez". Onde em alguns estudos dizem que a gagueira não é algo congênito, e sim algo que se adquire durante a vida. Para o tratamento da mesma é utilizado a Hipnose na forma terapêutica, da mesma maneira que se trata depressão e ansiedade. O profissional vai colocar o paciente no estado

de transe, e identificar o fator gerador da gagueira, e ressignificá-lo (Elman - 1970).

Medicina e Enfermagem são áreas que trabalham em conjunto, e no uso da hipnose não é diferente, essa técnica, é utilizada também como nas outras especialidades já citadas, na maioria das vezes no controle de dores, mas já existem relatos do uso no tratamento de doenças tais como, asma, doenças autoimunes, gastrointestinais, dermatológicas e outras (MEDEIROS, Macedo - 2021).

4.4. Aplicação da hipnose na odontologia

4.4.1. Analgesia

Um dos casos em que podemos utilizar a hipnose é para anestesia, dentre os principais e mais importantes procedimentos a serem realizados por um cirurgião dentista a anestesia aparece como base em todos os tratamentos, desde a área da periodontia, dentística, endodontia, pediatria, cirurgia entre outras especialidades. Mesmo tendo toda sua importância é um pesadelo para a maioria dos pacientes, é nessa hora que a hipnose entra como uma ferramenta complementar para uso do profissional, ela é utilizada no “pré-tratamento”, onde o cirurgião dentista coloca o paciente em estado de concentração focada e relaxamento, conhecido como “estado de sonambulismo”, que é o estado onde o paciente fica mais suscetível a receber sugestões (Elman, 1900-1967).

No caso da analgesia é necessário que após o paciente entrar no estado de sonambulismo ele aprofunde mais três níveis de relaxamento, tanto mental quanto físico, chegando ao estado conhecido como “estado de esdaile”, que é onde já não se sente estímulos de dores nem desconfortos. Essa técnica foi descoberta e utilizada por (James Esdaile, 1808-1859) que foi um médico cirurgião Escocês que ficou mundialmente conhecido por suas cirurgias sem anestesia. Isso porque, na sua época, a anestesia ainda não existia e todos os pacientes que precisavam de cirurgia sofriam dores horríveis, muitos não resistiam e acabavam morrendo por não aguentarem a dor. Por isso, quando trabalhava para a Companhia das Índias Orientais em Calcutá (Índia), Esdaile começou a utilizar as técnicas de Mesmer, chamadas de mesmerismo, buscando aliviar a dor das cirurgias que fazia. Usando muitas técnicas de relaxamento durante horas, o paciente entrava em um transe tão profundo que o corpo todo se anestesiava completamente. (Esdaile - 2018).

Assim, com o uso da técnica de Esdaile já seria possível realizar procedimentos cirúrgicos como exodontias e gengivoplastias, e na especialidade de endodontia, podendo substituir o uso de anestésicos. Mas ainda assim, alguns profissionais que utilizam a ferramenta, mesmo com o paciente em Esdaile, optam pelo uso dos anestésicos químicos locais como complemento à técnica.

4.4.2. Bruxismo

O bruxismo é um fenômeno multifatorial que está associado a fatores mediados pelo sistema nervoso central (Adolfo, 2019).

O stress também é considerado fator etiológico relevante. A atividade muscular mastigatória e a dor durante a noite aumentam com o stress (Adolfo, 2019).

Para um paciente com bruxismo a hipnose também auxilia no tratamento. Como já falado, o paciente quando está em estado hipnótico (sonambulismo), ele fica mais suscetível a aceitar sugestões, então com o paciente hipnotizado o profissional pode induzi-lo a não ranger ou apertar os dentes, e até mesmo tratar o problema real com a hipnoterapia para que a pessoa fique mais calma. Pode ser tratado também com a auto hipnose, onde o paciente se coloca no estado hipnótico quando vai dormir ou quando está muito nervoso, fazendo com que a atividade cerebral diminua e com isso ela relaxe, evitando o ranger dos dentes (Adolfo, 2019).

4.4.3. Odontofobia

A Odontofobia pode ser definida como um estado de redução do conforto físico e psíquico, caracterizada pela ausência de tranquilidade, receio, aumento na aflição e agonia (Freeman - 2013).

Mesmo com o avanço na odontologia, a Odontofobia é bastante persistente, dificultando a assistência odontológica e a manutenção da saúde bucal. Ainda hoje muitos pacientes têm medo de ir ao dentista, alguns por traumas próprios vividos, ou por traumas de ocorrências que aconteceram com outros.

Com a hipnoterapia é possível tratar esses medos e traumas, como por exemplo o medo do som do micromotor, anestesia, cirurgias, e o principal que é o medo da dor, com o uso da técnica, é possível fazer o paciente lembrar quando foi a primeira vez que ela sentiu esse sentimento de medo, que o limita até hoje. Após isso, a função do profissional é ressignificar essa memória, com sugestões ao subconsciente do paciente que aquilo não está fazendo mal a ele, que o dentista, no caso, está ali para fazer o melhor para a sua saúde e não para machucá-lo, que o uso dos equipamentos, medicamentos ou até os procedimentos são necessários para o seu bem-estar. Sendo assim, após ressignificar essa memória inicial, causadora do problema, todas as outras memórias que ele tenha, onde sentiu esse medo, irão se ressignificar, e com isso, o paciente passa a ver o tratamento odontológico como algo bom e necessário para a sua saúde, e que não vai trazer riscos a ele. Existem estudos sobre a eficácia da hipnoterapia com relação ao tratamento da odontofobia, e os resultados da revisão sistemática são promissores e mostram que a hipnose pode ser considerada um método eficaz e bem-sucedido para redução da ansiedade (Wolf, Schläppi, Benz, Guglielmo, 2022).

5. Discussão

A hipnose, diferente do que muitos pensam, não é nada além de um estado mental, no qual pode ser atingido através de induções.

Para Hilgard, nem todas as pessoas são hipnotizáveis, ele realizou alguns estudos e constatou que algumas pessoas não conseguem chegar ao transe, segundo ele, alguns fatores impedem, como por exemplo a idade e a personalidade, porém, para Richard Bandler, o estudo foi falho, pois Hilgard utilizava alguns métodos que causavam distrações e com isso não havia o toque humanizado. Bandler acredita que todos podem ser hipnotizados, desde que o indutor saiba conduzir a terapia, fatores como confiança e informações sobre cada paciente individualizado, abrem as portas para acesso à imaginação de cada um. Geralmente, é comum que pessoas que possuem baixa imaginação, ou seja, que trabalhem muito com o racional encontrem

dificuldades maiores para alcançar o estado hipnótico, por isso, é de suma importância que o hipnoterapeuta saiba trabalhar todas as informações que lhe foram passadas no momento inicial da terapia, pois as emoções serão trabalhadas em cima disso (Pércia - 2022).

O vínculo de confiança deve ser estabelecido logo no primeiro contato, pois, o paciente precisa estar à vontade para contar os verdadeiros problemas enfrentados (muitas vezes são extremamente sigilosos), para que o terapeuta possa procurar a melhor opção de tratamento. As informações recebidas pelo hipnotizador devem ser mantidas em sigilo absoluto, uma vez que todos os profissionais que utilizam da hipnose, devem seguir a ética de sua profissão, determinada pelos devidos conselhos. Os profissionais capacitados a exercer a hipnose relatam a importância das técnicas aplicadas no dia a dia, a hipnose está sendo utilizada para diminuir os usos de fármacos ou até mesmo potencializar os mesmos, a revista brasileira de hipnose menciona diversas áreas da saúde que utilizam a ferramenta como por exemplo a dermatologia, a cirurgia plástica, oftalmologia, entre outros. Eles costumam relatar os benefícios alcançados e como ponto principal, a analgesia, que é almejada comumente por todos (Barroso, M.D., 2017).

6. Considerações finais

A hipnose pode ser utilizada como uma ferramenta complementar em diversas áreas, assim como a acupuntura, diminuindo o tempo de trabalho dos profissionais e trazendo mais conforto para os pacientes.

7. Referências bibliográficas

- Review article: Hypnosis as a part of holistic medical treatment: a systematic review
- https://repositorio.cespu.pt/bitstream/handle/20.500.11816/3166/MIMD_RE_22921_marcovolpato.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- https://dspace.uniceplac.edu.br/bitstream/123456789/1432/1/Pedro%20Thiago%20Macedo%20de%20Medeiros_0008089.pdf
- <https://www.scielo.br/j/prc/a/YzDJNFjYXVYmTvQ8LkqyhXp/?format=pdf&lang=pt>
- https://hipnoseinstitute.org/a-historia-completa-da-hipnose/#O_Nascimento_da_Hipnose
- <http://repositorioinstitucional.uea.edu.br/bitstream/riuea/1308/4/A%20hipnose%20como%20ferramenta%20para%20diminuir%20o%20nervosismo%20do%20m%C3%BAlico.pdf>
- https://repositorio.cespu.pt/bitstream/handle/20.500.11816/3159/MIMD_RE_26668_GustavoLoaiza.pdf?sequence=1
- Why Are People Afraid of the Dentist? Observations and Explanations - 2013
- Hipnose clínica: teoria, pesquisa e prática. José M. Marto e Mário P. Simões- editora LIDEL
- The Introduction Of Mesmerism, As An Anaesthetic And Curative Agent, Into The Hospitals Of India - 2018 - James Esdaile.
- Appukuttan DP. Strategies to manage patients with dental anxiety and dental phobia: literature review. Clin Cosmet Investig Dent. 2016 Mar 10;8:35-50. doi: 10.2147/CCIDE.S63626. PMID: 27022303; PMCID: PMC4790493.
- Hipnose descubra o poder da mente. Pyong Lee- editora PLANETA DO BRASIL
- Wolf TG, Schläppi S, Benz CI, Campus G. Efficacy of Hypnosis on Dental Anxiety and Phobia: A Systematic Review and Meta-Analysis. Brain Sci. 2022 Apr 20;12(5):521. doi: 10.3390/brainsci12050521. PMID: 35624907; PMCID: PMC9138388.
- Hipnoterapia Dave Elman- Manual de hipnose e hipnoterapia (Tradução livre de: Amílcar Sá Nogueira). Doceru.com <https://doceru.com/doc/58cxv1>
- <https://www.scielo.br/j/spmj/a/3cwKStBg79LdqrWgX5Wsr3J/?format=pdf&lang=pt>
- O poder da hipnose - André Percia - 2022 (https://books.google.com.br/books?id=Y9l-EAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=o+poder+da+hipnose&hl=pt-BR&newbks=1&newbks_redir=0&source=gb_mobile_search&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=o%20poder%20da%20hipnose&f=false)
- MEDEIROS, Pedro Thiago Macedo de. A hipnose na prática médica: uma revisão de literatura. Orientador: Humberto Machado Martins. 2021. 66f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Medicina) - Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos, 2021.