

A música pode ser tão eficaz quanto os analgésicos para o tratamento da dor

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

De acordo com a Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) a dor pode ser definida como uma “experiência desagradável que envolve aspectos sensoriais, emocionais e cognitivos que está associada a uma lesão real ou potencial”. Do popular “quem canta seus males espanta” às sofisticadas pesquisas, se descobriu a íntima relação entre coisas que não são da mesma “família” como: dor, sentimento, sensibilidade, emoção e música. Onde começa um e onde termina o outro? Desse modo, será que a interferir no componente emocional aliviaríamos a dor? A resposta para essa pergunta é sim, ouvir música não é só um entretenimento, uma medicação para acalmar, mas também um ótimo agente para o alívio de dores. Isso acontece porque a música ativa o centro do prazer no cérebro, assim como o sexo e o chocolate. Ela libera dopamina e causa uma sensação de bem-estar, e ouvir a música preferida além de nos deixar felizes pode produzir uma distração emocional estimulante capaz de reduzir tanto a sensação de dor quanto a experiência afetiva negativa que a acompanha. Tem sido relatado por vários estudos que a música é eficaz no aliviar da dor, em um dos estudos a musicoterapia reduziu o uso de analgésicos em mulheres submetidas a operação cesariana. Vale ressaltar que esse assunto já foi tema de outros boletins do DoL, (edições 134, 107, 70 e 69). Sabe-se que ainda serão necessários mais estudos para avaliar os custos e benefícios da implementação da musicoterapia, mas sabemos que o custo envolvido com a musicoterapia é muito pequeno em relação a outras intervenções e os efeitos colaterais são mínimos, e se o paciente não

gostar é só trocar de música! Referência e fonte: Hus, A. The Relationship between Music Therapy and Post-Operative Pain Management. 2007 (<http://healthpsych.psy.vanderbilt.edu/Web2007/MusicPain.htm>)

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/a-musica-pode-ser-eficaz-quanto-os-analgescicos-para-o-tratamento-da-dor · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE