

Aplicativo de musicoterapia em smartphone proporciona alívio da

enxaqueca episódica Cientistas franceses, estadunidenses e alemães publicaram em 2022, um estudo clínico piloto demonstrando que o uso de um aplicativo de musicoterapia (Music Care) tem efeitos terapêuticos em pacientes com enxaqueca episódica

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

enxaqueca episódica Cientistas franceses, estadunidenses e alemães publicaram em 2022, um estudo clínico piloto demonstrando que o uso de um aplicativo de musicoterapia (Music Care) tem efeitos terapêuticos em pacientes com enxaqueca episódica. Sabendo que os tratamentos comportamentais têm se mostrado eficazes na redução da enxaqueca, os pesquisadores investigaram os potenciais benefícios dessa intervenção musical controlada pelo paciente com enxaqueca durante 3 meses. Neste estudo foram analisados 20 pacientes do Centro Hospitalar Universitário Sud Reunion (França), com enxaqueca episódica, com ou sem aura. Os participantes realizaram de 1 a 2 sessões musicais de 20 minutos por dia, com no mínimo 15 sessões por mês. Uma sequência musical em "U" foi projetada para relaxar gradualmente o ouvinte. A sequência é iniciada com um ritmo musical que estimula o paciente, em seguida é aplicada uma sequência mista para relaxar gradualmente o paciente, então a sessão musical atinge uma fase de relaxamento máximo, e em seguida retorna à dinâmica inicial de forma mais leve, despertando o paciente (fase ascendente do "U"). Durante as sessões os pacientes usaram fones de ouvido e procuraram um lugar calmo com baixa luminosidade. Após a intervenção, os pacientes relataram uma redução

significativa na frequência de ataques de enxaqueca. Dez pacientes relataram uma redução de 50% na frequência de ataques de enxaqueca. Além disso, houve uma redução significativa na ingestão de medicamentos, na duração dos ataques de enxaqueca, na ansiedade e na depressão. O estudo forneceu evidências de que a intervenção musical pode prevenir os ataques de enxaqueca. No entanto, como se trata de um estudo piloto, futuros ensaios clínicos são necessários para comprovar a eficiência da intervenção. Vale lembrar que ouvir música faz bem para o corpo, mente e alma... Então, que tal dar o play e relaxar? Referência: Parlongue G, Cerdan EV, Koenig J, Williams DP. Smartphone based music intervention in the treatment of episodic migraine headaches - A pilot trial. Complement Ther Med. 2021;63:102779. doi:10.1016/j.ctim.2021.102779 Alerta submetido em 03/06/2022 e aceito em 03/06/2022. Escrito por Karoline Cristina Jatobá da Silva.

Fonte: [novo.dol.inf.br/materia/aplicativo-de-musicoterapia-em-smartphone-proporciona-alivio-da](https://novo.dol.inf.br/materia/aplicativo-de-musicoterapia-em-smartphone-proporciona-alivio-da-dor) · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.