

Contar histórias reduz dor e estresse em crianças hospitalizadas

Um estudo publicado em 2025 com 81 crianças internadas na UTI do Hospital da Criança da Rede D'Or São Luiz, em São Paulo, mostrou que sessões de contação de histórias reduzem significativamente a dor, o estresse e a percepção negativa do ambiente

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

Um estudo publicado em 2025 com 81 crianças internadas na UTI do Hospital da Criança da Rede D'Or São Luiz, em São Paulo, mostrou que sessões de contação de histórias reduzem significativamente a dor, o estresse e a percepção negativa do ambiente hospitalar. Metade das crianças participou de rodas de leitura com livros infantis; a outra metade, de brincadeiras de adivinhação. Ambas as atividades duraram de 20 a 30

minutos e foram feitas por voluntários da Associação Viva e Deixe Viver. Antes e imediatamente depois das intervenções, os pesquisadores mediram os níveis de ocitocina e cortisol na saliva, adotaram a Escala Analógica Visual de dor, que utiliza ilustrações de expressões faciais, e analisaram as palavras que as crianças usavam ao descrever o hospital a partir de cartas ilustradas. A leitura de histórias elevou em até nove vezes os níveis de ocitocina, reduziu o cortisol pela metade e 68% das crianças terminaram a sessão sem qualquer queixa de dor. Já no grupo das adivinhas, apenas 12% atingiram alívio total da dor. O estudo confirma que a contação de histórias é uma estratégia simples, de baixo custo e altamente eficaz para humanizar a internação infantil. Os autores destacam que o efeito vai além da distração, a imersão na narrativa reduz hormônios do estresse e fortalece

vínculos entre as crianças internadas e os profissionais de saúde. Nem todas as crianças responderam da mesma forma, e novos estudos devem investigar quais tipos de histórias funcionam melhor. Referências: Brockington G, Rodrigues V do M, Moreira AP, Silva SG da, Fischer R, Abreu M. Contação de histórias para crianças hospitalizadas: efeitos sobre a dor, a linguagem e os biomarcadores fisiológicos. Ciênc educ (Bauru) [Internet]. 2025;31:e25061. Available from: <https://doi.org/10.1590/1516-731320250061> Escrito por Diego Rodrigues Leite, Geovanna dos Santos Lares, Maria Clara Pereira Dias e Tamires Rodrigues de Freitas.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/contar-historias-reduz-dor-e-estresse-em-criancas-hospitalizadas · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE