

Efeito fisiológico e psicológico das histórias contadas para crianças

hospitalizadas na UTI Os humanos são excepcionalmente atraídos por contar e ouvir histórias, sendo o ato de contá-las um elemento central para estabelecer conexões humanas e influenciar emoções subjetivas. O processo de "transporte narrativ

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

hospitalizadas na UTI Os humanos são excepcionalmente atraídos por contar e ouvir histórias, sendo o ato de contá-las um elemento central para estabelecer conexões humanas e influenciar emoções subjetivas. O processo de "transporte narrativo" é uma interação dinâmica e complexa entre linguagem, texto e imaginação que cria um estado de imersão cognitiva e emocional que envolve profundamente os ouvintes no mundo da narrativa. Assim, as histórias convidam a mergulhar na ação retratada e se perder durante a narrativa. Esse processo pode ajudar, por exemplo, a reformular as experiências pessoais, ampliar as perspectivas e aprofundar as habilidades de processamento emocional. A internação em hospitais pode causar traumas significativos nas crianças que são retiradas abruptamente de suas rotinas diárias. Além de vivenciar as dificuldades e desconfortos associados à doença, essa interrupção repentina pode causar distúrbios que impactam de forma drástica em suas vidas. Pesquisadores do estado de São Paulo avaliaram recentemente se a contação de histórias pode mitigar a dor e o sofrimento emocional causado pela hospitalização em crianças internadas em UTI. Para isso, foram recrutadas 81 crianças em UTI com condições clínicas semelhantes, associadas a problemas respiratórios. Essas

foram randomizadas em dois grupos de intervenção. O primeiro foi o grupo de contação de histórias, onde as crianças podiam escolher uma entre oito histórias da literatura infantil, de conteúdo alegre ou divertido. O segundo grupo foi o de enigma, funcionando como controle ativo, onde as crianças deveriam resolver uma pergunta divertida. Ambas as intervenções duraram cerca de 30 minutos. Para investigar os efeitos psicológicos e fisiológicos da narração de histórias, foram analisados os biomarcadores oxitocina e cortisol na saliva coletada 1 minuto antes e imediatamente após a intervenção, para ambos os grupos. Além disso, as crianças preencheram uma escala de dor padronizada para avaliar quanta dor sentiam antes e depois da intervenção, e um questionário de livre associação de palavras para verificar se a intervenção modifica a percepção das crianças sobre o ambiente hospitalar. Surpreendentemente, a narração de histórias foi associada a grandes aumentos nos níveis de oxitocina, redução nos níveis de cortisol e redução da dor nas crianças, em relação ao grupo enigma. Além disso, o grupo de histórias mostrou uma proporção maior de emoções positivas associadas às imagens de enfermeira, hospital e médico, em comparação com o grupo enigma. Até o momento, poucos estudos investigaram diretamente os efeitos da narração de histórias na fisiologia

humana. Essa pesquisa mostrou que ouvir histórias pode elevar temporariamente os níveis de oxitocina e reduzir os níveis de cortisol, o que pode reduzir as emoções negativas associadas à hospitalização e influenciar a percepção de dor. Assim fica evidente que a contação de histórias pode ser muito mais do que um simples entretenimento, podendo representar uma intervenção segura e econômica para melhorar a saúde psicológica e reduzir a dor e o sofrimento de crianças hospitalizadas em UTI. Referência: Brockington G, Gomes Moreira AP, Buso MS, et al. Storytelling increases oxytocin and positive emotions and decreases cortisol and pain in hospitalized children. *Proc Natl Acad Sci U S A*. 2021; 118(22):e2018409118. doi:10.1073/pnas.2018409118 Alerta submetido em 22/06/2021 e aceito em 01/09/2021. Escrito por Suellen Laila Rocha Silva.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/efeito-fisiologico-e-psicologico-das-historias-contadas-para-criancas · Conteúdo do Boletim DOL
— Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL · DOR ON LINE