

Entenda como o medo pode influenciar a sua percepção da dor

Todos têm medo de situações que causam dor. A aversão a uma simples picada de agulha ou o receio de manusear uma faca muito afiada são instintos que nos protegem contra danos físicos. Algumas pessoas enfrentam a dor eminente com mais tranqui

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

Todos têm medo de situações que causam dor. A aversão a uma simples picada de agulha ou o receio de manusear uma faca muito afiada são instintos que nos protegem contra danos físicos. Algumas pessoas enfrentam a dor eminente com mais tranquilidade, enquanto outras sentem muito medo e ansiedade com a possibilidade de sentir dor. O medo da dor é uma emoção negativa de antecipação da experiência dolorosa. Mas será que o medo pode distorcer nossa percepção da dor, fazendo com que ela seja desproporcionalmente maior do que o estímulo doloroso?

Uma pesquisa realizada com um grupo de estudantes de uma universidade chinesa avaliou se indivíduos que tinham mais medo da dor sentiam-na de forma mais intensa. A aplicação de um questionário permitiu a separação dos estudantes em dois grupos: os que sentiam muito medo e os que sentiam pouco medo da dor. Cada estudante teve dois eletrodos fixados no dorso da mão esquerda, de modo que leves choques elétricos pudessem ser aplicados em dois pontos distintos. Os pesquisadores disseram aos estudantes que o primeiro ponto de aplicação do choque era totalmente seguro, mas que o estímulo elétrico no segundo ponto poderia causar uma lesão no nervo. Embora isso não fosse

verdade e não houvesse qualquer perigo de dano, os estudantes foram sugestionados a sentir mais medo do choque na região “de risco”.

O estudo demonstrou que o grupo de estudantes mais medrosos relatava com maior frequência a sensação de dor mesmo quando recebia estímulos não dolorosos (abaixo do limiar de dor) na região “de risco”. Além disso, nesse grupo os

escores de dor e ansiedade foram maiores quando um estímulo doloroso era aplicado na região “de risco” em comparação com a região segura. No grupo de estudantes com pouco medo, a percepção de dor e a ansiedade foram as mesmas nos dois pontos onde o estímulo elétrico fora aplicado. Dessa forma, esse estudo sugere que o medo está relacionado à redução do limiar e aumento da intensidade da dor. A percepção da dor é influenciada por diversos fatores; este estudo indica que o medo é um deles.

Referência: Yang Z, Bateer. Identifying pain perceptual biases related to fear of pain and threat in a pain-free sample. Eur J Pain. 2020 Mar 4. doi: 10.1002/ejp.1553. [Epub ahead of print]

Alerta submetido em 30/03/2020 e aceito em 30/03/2020.

Escrito por Pedro Santana Sales Lauri.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/entenda-como-o-medo-pode-influenciar-a-sua-percepcao-da-dor · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.