

Estudo realizado na Suécia mostra que terapias para auto-controle e relaxamento podem ser recursos eficazes para aliviar dores persistentes no pescoço

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

Pesquisadores compararam os efeitos, sobre a dor, de dois tipos de intervenção: a) indução de relaxamento para o auto-controle da dor e do estresse, e b) a realização de tratamento individual, oferecido por um psicoterapeuta, para reduzir a dor. Foram estudados 165 pacientes realizando tratamento para dor no pescoço em clínicas de reabilitação da Suécia. A análise dos tratamentos foi realizada utilizando-se questionários. Os autores do estudo observaram que a indução de relaxamento como um recurso de auto-controle da dor parece ser mais eficiente do que o tratamento convencional realizado para dores de pescoço. Veja mais detalhes no resumo original. Autores e procedência do trabalho: C. Gustavsson¹, L. von Koch², E. Denison³ - 1Uppsala University, Centre for Clinical Research Dalarna, Falun, Sweden; 2Karolinska Institutet, Department of Neurobiology, Care Science and Society, Stockholm, Sweden; 3Uppsala University, Department of Public Health and Caring Science, Uppsala, Sweden; Título do estudo: Applied relaxation as pain and stress management: a randomized controlled study of a group-treatment for patients with persistent neck pain.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/estudo-realizado-na-suecia-mostra-que-terapias-para-auto-controle-e-relaxamento-podem-ser-recursos-eficazes-para-aliviar-dores-persistentes-no-pescoco · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.