

Hipnose como terapia alternativa ao tratamento da fibromialgia

Pesquisadores da Universidade Federal da Bahia, demonstraram em um ensaio clínico randomizado, controlado e avaliado às cegas, que a hipnoterapia proporciona benefícios como terapia complementar para pacientes com fibromialgia. A fibromialgia

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

Pesquisadores da Universidade Federal da Bahia, demonstraram em um ensaio clínico randomizado, controlado e avaliado às cegas, que a hipnoterapia proporciona benefícios como terapia complementar para pacientes com fibromialgia. A fibromialgia é uma síndrome musculoesquelética dolorosa altamente debilitante com baixa resposta à terapêutica disponível. O estudo realizado, entre maio de 2021 e junho de 2022 explorou como essa técnica pode influenciar no alívio da dor, saúde mental, qualidade do sono e qualidade de vida dessa condição. Participaram do estudo 49 pacientes com diagnóstico confirmado de fibromialgia, com idade entre 18 e 65 anos; dor crônica moderada a grave há mais de seis meses; sem resposta ao tratamento convencional. As participantes foram distribuídas em dois grupos: grupo ativo, que recebeu 1 sessão semanal de hipnose combinada com o tratamento farmacológico durante 2 meses; e grupo placebo, que recebeu 1 sessão semanal de acolhimento combinada com o tratamento farmacológico durante o mesmo período. O estudo mostrou que a hipnose reduziu os escores de dor tanto na avaliação feita imediatamente após o fim do tratamento quanto um mês depois. O efeito analgésico da hipnose combinada com o tratamento farmacológico durou pelo menos 3 meses e foi

superior à analgesia promovida pelo tratamento farmacológico sozinho. A hipnose melhorou também a qualidade de vida, qualidade do sono e sintomas de ansiedade e depressão, sem induzir eventos adversos. O estudo mostrou que as sessões semanais de hipnose, reduziram a dor e outros sintomas associados à fibromialgia. Os resultados corroboram que a hipnose clínica é uma ferramenta eficaz e viável para o manejo da fibromialgia, podendo ser utilizada como uma abordagem complementar de tratamento.

Referência: Dorta DC, Colavolpe PO, Lauria PSS, Fonseca RB, Brito VCSG, Villarreal CF. Multimodal benefits of hypnosis on pain, mental health, sleep, and quality of life in patients with chronic pain related to fibromyalgia: A randomized, controlled, blindly-evaluated trial. *Explore (NY)*. 2024 Nov-Dec;20(6):103016. doi: 10.1016/j.explore.2024.103016. Epub 2024 Jun 11. PMID: 38879420. Escrito por Maria de Fátima Santana de Souza Guerra.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/hipnose-como-terapia-alternativa-ao-tratamento-da-fibromialgia · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.