

## **Mente sobre o corpo: pensamento positivo diminui a dor**

---

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

---

Em estudo recentemente publicado, pesquisadores utilizaram a técnica de imagem por ressonância magnética funcional para avaliar como a expectativa pode alterar os processos neurais envolvidos na percepção da dor. Voluntários foram treinados para associar intervalos de tempo a determinadas intensidades de dor, induzidas por um estimulador térmico regulado em diferentes temperaturas. No dia do teste, os intervalos de tempo nem sempre correlacionavam com a temperatura, fato este usado para avaliar como a expectativa pode alterar a percepção dolorosa. Foram analisadas as áreas cerebrais ativadas e a experiência subjetiva relatada pelos voluntários. Ambos os parâmetros foram alterados pela expectativa, de modo que, quando a expectativa era de uma dor de menor intensidade que a aplicada, tanto a dor relatada quanto a ativação cerebral estavam diminuídas, e vice-versa. A partir dos dados obtidos, os autores realizaram uma interessante análise correlacionando as áreas cerebrais ativadas pela expectativa e pela ativação das vias nociceptivas para melhor compreender a integração das duas experiências. Nota da redação: Este estudo chama a atenção para os aspectos psicológicos e emocionais da dor, o que pode ser aplicado no caso do efeito placebo. Entretanto, tais informações também são muito importantes para profissionais que tratam de pacientes com dor, que devem levar em conta a expectativa do paciente e seu estado psicológico. Referência: Tetsuo Koyama, John G. McHaffie, Paul J. Laurienti and Robert C. Coghill. (2005) The subjective experience of pain: Where expectations become

reality. PNAS. Vol 102 (36):12950-12955.

---

Fonte: [novo.dol.inf.br/materia/mente-sobre-o-corpo-pensamento-positivo-diminui-a-dor](http://novo.dol.inf.br/materia/mente-sobre-o-corpo-pensamento-positivo-diminui-a-dor) · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE