

O melhor remédio contra a dor

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

A busca por maneiras de gerenciar estados de dor levou pesquisadores a estudar a influência do bom humor nestas condições. O estudo foi realizado da seguinte maneira: os pesquisadores mediram as reações de voluntários à dor através da colocação de uma sacola de gelo sobre o braço para medir por quanto tempo os sujeitos a suportavam. Depois, eles foram divididos em diferentes grupos e submetidos a assistir diferentes vídeos, dentre eles, trechos de vídeos de comédia (Simpsons, Friends e South Park), vídeos considerados tediosos (intermináveis partidas de golfe) e vídeos destinados a produzir boa sensação, mas não risada (programas sobre a natureza). Quando foram novamente submetidos à dor, aqueles que tinham dado gargalhadas foram capazes de suportar até 10% mais o estímulo termal do que antes de rir, enquanto que o simples fato de se sentir bem em um ambiente não provocou o mesmo resultado. Segundo os cientistas, o mérito deve-se à liberação, durante uma risada incontável, de endorfinas, substâncias químicas que geram euforia e também atuam como analgésico. O tipo de risada também se revelou importante. Conforme afirmam os pesquisadores, o benefício só faz efeito se a risada for daquelas intensas, de esvaziar o pulmão e proporcionar uma “dorzinha na barriga”, observadas em programas de comédia como Mr. Bean e Friends, conhecidos como “humor pastelão”. Além disso, o estudo também concluiu que as pessoas são mais predispostas a rirem quando acompanhadas do que sozinhas, podendo ajudar a explicar o papel do riso no estabelecimento da sociedade humana há dois milhões de anos. Definitivamente, “rir é o melhor remédio!”. Referência e fonte Dunbar RI, Baron R, Frangou A, Pearce E, van Leeuwen EJ, Stow J, Partridge G, Macdonald I, Barra V, van Vugt

M. Social laughter is correlated with an elevated pain threshold. Proc Biol Sci.
2011 Sep 21. [Epub ahead of print]
http://www.bbc.co.uk/portuguese/noticias/2011/09/110914_riso_estudo_pu.shtml

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/o-melhor-remedio-contra-a-dor · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE