

O poder da música: preferências musicais influenciam a tolerância à dor

Um estudo clínico realizado por pesquisadores holandeses demonstrou que ouvir músicas do gênero musical preferido pode aumentar a tolerância à dor. A musicoterapia utiliza a música para promover o bem-estar e é vista como alternativa no tra

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

Um estudo clínico realizado por pesquisadores holandeses demonstrou que ouvir músicas do gênero musical preferido pode aumentar a tolerância à dor. A musicoterapia utiliza a música para promover o bem-estar e é vista como alternativa no tratamento de diversas condições, incluindo a dor. Entretanto, a influência do gênero musical na musicoterapia ainda não é esclarecida. Este estudo, conduzido em um festival de música em 2023, selecionou 548 voluntários para investigar tal questão. No estudo, os voluntários selecionados classificaram a preferência entre os cinco gêneros musicais e opinaram sobre qual dos gêneros poderia levar a um maior alívio da dor. Foram então randomizados aleatoriamente em 5 grupos. Cada grupo ouviu um dos gêneros musicais por 4 minutos - Urbano, Eletrônico, Clássico, Rock ou Pop - enquanto realizavam um teste de tolerância à dor com água gelada. O tempo de resistência, ou seja, a tolerância ao estímulo doloroso, foi cronometrado. Os resultados mostraram que, apesar dos participantes acreditarem que os gêneros clássico e pop poderiam trazer maior alívio da dor, na verdade, a preferência pessoal teve maior impacto na tolerância à dor, pois os indivíduos que ouviram seu gênero musical favorito suportaram a dor por mais tempo. O estudo indica que utilizar o gênero musical

de preferência pessoal aumenta a eficácia analgésica da musicoterapia, contrariando a ideia de que apenas gêneros musicais relaxantes são eficazes. Esses achados corroboram com o benefício da musicoterapia para controle da dor e destacam a importância da personalização, sugerindo que estratégias baseadas em preferências individuais podem ser mais eficientes no manejo clínico. Referência: Van der Valk Bouman ES, Becker AS, Schaap J, et al. The impact of different music genres on pain tolerance: emphasizing the significance of individual

music genre preferences. Sci Rep. 2024;14(1):21798. Published 2024 Sep 18. doi:10.1038/s41598-024-72882-2 Escrito por Maria Vitória Abreu Cardoso de Jesus.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/o-poder-da-musica-preferencias-musicais-influenciam-a-tolerancia-a-dor · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.