

Ouvir a música preferida auxilia na analgesia

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

Os estudos envolvendo a “audioanalgesia”, a habilidade de estímulos musicais afetarem a percepção de dor, têm crescido em número durante as duas últimas décadas. Ouvir a música preferida, em particular, pode produzir uma distração emocional estimulante capaz de reduzir tanto a sensação de dor quanto a experiência afetiva negativa que a acompanha. Um estudo realizado na Inglaterra utilizou a dor induzida por pressão fria para comparar os efeitos da música preferida aos efeitos produzidos por outros dois tipos de estímulos de distração, já demonstrados anteriormente serem efetivos: a aritmética mental - uma distração cognitiva -, e o humor que pode emocionalmente nos estimular de um modo similar à música. Quarenta e quatro participantes (24 mulheres e 20 homens) foram estimulados com a pressão fria e submetidos aos ensaios com estímulos auditivos de distração cognitiva ou piadas. Os participantes forneceram suas próprias músicas preferidas e o estímulo de pressão fria foi gerado por um banho de água fria e contínua. O tempo de tolerância, a intensidade da dor em escala visual analógica e a taxa de dor foram mensuradas. Foi observado que a audição da música preferida aumentou significativamente a tolerância quando comparada à tarefa cognitiva, além de aumentar a percepção do grupo-controle em relação ao estímulo humorístico. As taxas de intensidade de dor não diferiram significativamente. Segundo os autores, os resultados sugerem que ouvir a música preferida produz uma distração efetiva e aumenta o controle da percepção à dor.

Referência: European journal of pain (London, England); 2006 May 1;10(4)

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/ouvir-a-musica-preferida-auxilia-na-analgesia · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line.
Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL · DOR ON LINE