

Um novo método alternativo para dor

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

A dor é um sinal/sintoma que incomoda milhões de pessoas frequentemente. Pesquisadores da University College of London, Inglaterra, sugeriram um novo método paliativo para dor publicado no periódico Pain: cruzar os braços! O estudo contou com a participação de 20 voluntários, distribuídos em dois experimentos. O primeiro investigou a intensidade das sensações e o segundo a intensidade da atividade cerebral, através de eletroencefalograma (EEG). Os estímulos elétricos eram aplicados nas mãos dos voluntários, enquanto os braços dos mesmos eram colocados ao lado dos seus corpos ou cruzados na frente do tórax. A hipótese de que cruzar os braços poderia atenuar a sensação dolorosa frente a um estímulo surgiu de um estudo onde foi constatado que a habilidade de localizar o tato é prejudicada quando as mãos atravessam a linha média do corpo. Por exemplo, quando dois estímulos são aplicados sequencialmente, um em cada mão, o ato de “cruzar os braços” reduz a capacidade de dizer qual a mão foi estimulada primeiro. Os resultados deste estudo, de acordo com os exames e as notas dos voluntários, apontaram que a percepção da dor e da atividade mostrada no EEG foi reduzida quando as pessoas estavam de braços cruzados. Segundo um dos pesquisadores, os resultados dão indícios de que as áreas do cérebro que contêm o mapa do corpo direito e esquerdo são possivelmente ativados juntos e, quando se cruza os braços, esses mapas não são ativados juntamente, desencadeando um processamento cerebral menos efetivo da dor, por exemplo. Obviamente, cruzar os braços não se trata de um método eficaz para o tratamento de dores intensas. Entretanto, para alívio das dores, quaisquer metodologias não medicamentosas e que não sejam perigosas para a saúde do

paciente parecem valer a pena. Referência: Gallace A, Torta DM, Moseley GL, Iannetti GD. The analgesic effect of crossing the arms. Pain. 2011 152(6):1418-23.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/um-novo-metodo-alternativo-para-dor · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE