

---

## Perspectivas sobre o uso da musicoterapia no tratamento da dor crônica

Eduardo Lima Wândega\* e Cristiane Flora Villarreal\*\*

Desde os primórdios das civilizações, a música vem sendo utilizada para diversos fins na sociedade: lazer, socialização, conforto físico e emocional, e espiritualidade, por exemplo. Sua consolidação como uma alternativa terapêutica aconteceu no século XX, com o advento da psicanálise, e, desde então, sua eficácia tem sido comprovada no alívio dos sintomas de algumas doenças, sobretudo das neuropsiquiátricas. A aplicação da música no âmbito clínico é denominada musicoterapia, sendo realizada por profissionais habilitados, os musicoterapeutas, e é baseada em evidências científicas. Consiste de um procedimento não invasivo, de baixo custo e relativamente seguro, com pouco risco físico e moderado risco psicológico, o qual está associado ao desencadeamento de emoções fortes. Entre os possíveis benefícios terapêuticos da musicoterapia, a analgesia tem merecido destaque, porém essa modalidade terapêutica ainda não faz parte da rotina clínica de tratamento da dor aguda e crônica. Por outro lado, a demanda por abordagens não farmacológicas no manejo da dor crônica é cada dia maior. Esse fenômeno parece refletir o envelhecimento populacional, que leva ao aumento da prevalência de dor crônica, elevando o consumo de medicamentos e, conseqüentemente, dos seus efeitos adversos, além do risco de abuso de analgésicos pelos pacientes. Dessa forma, a inclusão de abordagens não farmacológicas, como a musicoterapia, no tratamento da dor crônica torna-se cada vez mais necessária.

O uso da música como recurso terapêutico para dor crônica é justificado pelo modelo biopsicossocial da dor: a dor é influenciada sobretudo por fatores biológicos, sociais e psicológicos. Como a música pode impactar em componentes emocionais e cognitivos, sua aplicação pode modular a percepção da dor. Além disso, musicoterapia melhora a qualidade de vida dos pacientes, o que no caso dos portadores de dor crônica pode ser grande benefício, já que eles tendem a desenvolver problemas psicológicos e psiquiátricos, e enfrentar conseqüências graves na saúde como incapacitação progressiva e isolamento social. Nesse perfil de paciente a música pode reduzir não apenas os níveis de dor, mas também os de ansiedade, embora os mecanismos envolvidos não sejam totalmente compreendidos. Existe a hipótese de que, ao reduzir os pensamentos catastróficos sobre a dor, a música diminui a percepção dolorosa dos pacientes. Nesse contexto, as preferências pessoais a uma determinada música e as características emocionais do paciente influenciam na ação da musicoterapia, já que estímulos sonoros que são familiares e selecionados pelo próprio paciente tendem a produzir maior analgesia, possivelmente por causa da sensação de autocontrole que eles geram.

Além do efeito psicossocial, evidências apontam que a musicoterapia pode ativar o sistema descendente inibitório, que consiste de um sistema de analgesia endógena capaz de modular a intensidade da dor, regulando os estímulos nociceptivos que chegam ao sistema nervoso central (SNC). O sistema

descendente inibitório sofre influência de processos cognitivos e emocionais que podem ser alterados pela música, como a sensação de prazer. De fato, já foi demonstrado que a música pode aumentar os níveis de opioides endógenos e ativação de receptores opioides no SNC, ativando as vias endógenas de analgesia. Ademais, os centros cerebrais de recompensa também são modulados por aspectos psicoafetivos, por exemplo, a familiaridade à música e o prazer associado estão atrelados à ativação do circuito mesocorticolímbico da dopamina, o que pode estar envolvido nos efeitos analgésicos e ansiolíticos da musicoterapia. Outro mecanismo proposto é a distração, ou seja, a mudança do foco de atenção em outro estímulo que não seja a dor pode levar à redução da percepção dolorosa. Nesse mecanismo, o envolvimento de regiões corticais e da substância cinzenta periaquedutal tem sido proposto. Diante do exposto, a hipótese principal é que a analgesia promovida pela música é primariamente de mediação central, sendo consequência de uma regulação multimodal que afeta os componentes sensorial-perceptivo e emocional da dor.

Com o intuito de ampliar a aplicabilidade da música como ferramenta terapêutica, a utilização de aplicativos de música tem sido considerada para pacientes com dor crônica. Essa ferramenta poderia ampliar o acesso dos pacientes ao tratamento, reduzir custos e aumentar as possibilidades de aplicação. Essa maior autonomia em relação ao ambiente clínico-hospitalar seria benéfica a uma parcela da população com dor crônica, que geralmente tem alta demanda de recursos financeiros e tempo em consultas e tratamentos, acarretando impactos negativos na sua vida social e estado psicológico. Por outro lado, quando a música traz emoções negativas à tona, a sensação dolorosa pode piorar, tornando a musicoterapia uma prática complexa que exige monitorização profissional e abordagem personalizada. Dessa forma, a viabilidade e eficácia da utilização de aplicativos de música como adjuvantes no controle da dor crônica ainda precisam ser mais bem investigadas.

O envelhecimento populacional mundial tem trazido grandes desafios à terapêutica, e entre eles, a necessidade de novas abordagens eficazes e seguras para o controle da dor crônica. As opções medicamentosas para essa condição ainda apresentam limitação clínica, uma vez que são ineficazes para muitos pacientes e possuem potencial para gerar efeitos adversos graves. Nesse contexto, o valor da musicoterapia como adjuvante no tratamento da dor crônica deve ser considerado. É possível que uma parcela de pacientes alcance benefícios clínicos mais expressivos no tratamento da dor crônica, pelo uso da terapia medicamentosa combinada à musicoterapia. Por outro lado, o nível de eficácia analgésica, assim como as bases mecânicas da musicoterapia em pacientes com dor crônica, ainda precisam ser mais profundamente investigadas.

## Referências:

- Garza-Villarreal EA, Pando V, Vuust P, Parsons C. Music-Induced Analgesia in Chronic Pain Conditions: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Pain Physician*. 2017;20(7):597-610. doi: 10.1101/105148
- Warth M, Zöller J, Köhler F, Aguilar-Raab C, Kessler J, Ditzen B. Psychosocial Interventions for Pain Management in Advanced Cancer Patients: a Systematic Review and Meta-analysis. *Curr Oncol Rep*. 2020;22(1):3. Published 2020 Jan 21. doi:10.1007/s11912-020-0870-7
- Chai PR, Carreiro S, Ranney ML, et al. Music as an Adjunct to Opioid-Based Analgesia. *J Med Toxicol*. 2017;13(3):249-254. doi:10.1007/s13181-017-0621-9
- Honzel E, Murthi S, Brawn-Cinani B, et al. Virtual reality, music, and pain: developing the premise for an interdisciplinary approach to pain management. *Pain*. 2019;160(9):1909-1919. doi:10.1097/j.pain.0000000000001539
- Serafini RA, Pryce KD, Zachariou V. The Mesolimbic Dopamine System in Chronic Pain and Associated Affective Comorbidities. *Biol Psychiatry*. 2020;87(1):64-73. doi:10.1016/j.biopsych.2019.10.018
- Kahloul M, Mhamdi S, Nakhli MS, et al. Effects of music therapy under general anesthesia in patients undergoing abdominal surgery. *Libyan J Med*. 2017;12(1):1260886. doi:10.1080/19932820.2017.1260886

---

\* Aluno de Iniciação Científica/Extensão - UFBA

\*\* Professora Associada de Farmacologia da Faculdade de Farmácia- UFBA

#