

USO DA MUSICOTERAPIA NO CONTROLE DA DOR E ANSIEDADE EM PACIENTES HOSPITALIZADOS

ODS 3 - Saúde e bem-estar: assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades.

Helóisa Cecílio Cammarano (Universidade de Taubaté)
Rafaela Ambrósio (Universidade de Taubaté)

A medicina contemporânea tem buscado integrar abordagens complementares capazes de promover um cuidado mais abrangente, humano e centrado no paciente. Nesse contexto, a musicoterapia tem se destacado como uma estratégia não farmacológica eficaz no controle da dor e da ansiedade em pacientes hospitalizados, oferecendo benefícios emocionais e fisiológicos reconhecidos pela literatura científica. Sua utilização vem crescendo em diferentes cenários clínicos — de unidades de terapia intensiva a enfermarias gerais e centros cirúrgicos — como forma de aliviar o sofrimento e melhorar a experiência do paciente durante a hospitalização. O presente estudo teve como objetivo analisar a eficácia da musicoterapia no controle da dor e da ansiedade em pacientes hospitalizados, a partir de uma revisão de literatura em bases nacionais e internacionais. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados, estudos observacionais e revisões sistemáticas que avaliaram a intervenção musical em contextos diversos, como cirurgias, internações clínicas, reabilitação e cuidados paliativos. Os estudos evidenciaram que a exposição à música, seja passiva (audição) ou ativa (interação com musicoterapeuta), promove reduções estatisticamente significativas nos escores de dor e ansiedade. Em pacientes submetidos a procedimentos cirúrgicos, a musicoterapia foi associada à diminuição do uso de opioides e à melhora da recuperação pós-operatória. Pesquisas realizadas com pacientes de enfermarias e unidades de terapia intensiva também demonstraram melhora do humor, relaxamento e sensação de bem-estar, além de quedas nos níveis de frequência cardíaca e pressão arterial. Esses efeitos foram atribuídos à capacidade da música de modular respostas fisiológicas relacionadas ao estresse, estimulando o sistema nervoso parassimpático e promovendo equilíbrio emocional. Outro aspecto amplamente discutido refere-se à individualização da intervenção musical. Estudos apontam que permitir ao paciente escolher o gênero ou as músicas de sua preferência potencializa os efeitos terapêuticos, reforçando o senso de controle e conforto. Além disso, a presença de um musicoterapeuta qualificado mostrou-se fundamental para ajustar ritmo, intensidade e tempo de exposição conforme o estado clínico e emocional do paciente. Revisões sistemáticas recentes confirmam que a musicoterapia não apenas reduz sintomas de dor e ansiedade, mas também melhora a satisfação com o tratamento e a qualidade global da internação. Em contrapartida, algumas limitações foram observadas, como o tamanho reduzido das amostras, a variabilidade dos protocolos de intervenção e a ausência de padronização quanto à duração e frequência das sessões, o que dificulta comparações entre estudos. Ainda assim, a

consistência dos resultados positivos reforça a relevância clínica da musicoterapia como ferramenta de cuidado complementar. Em síntese, a musicoterapia configura-se como uma prática segura, de baixo custo e com impacto comprovado na redução da dor e da ansiedade em pacientes hospitalizados. Ao integrar ciência e sensibilidade, ela contribui para um cuidado mais humanizado, ampliando o olhar sobre o processo de cura e fortalecendo o vínculo terapêutico entre paciente e equipe de saúde.

Palavras-chave: Musicoterapia; Dor; Ansiedade; Humanização da saúde; Pacientes hospitalizados.