Use of music to reduce anxiety during office hysteroscopy: prospective randomized trial

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Angioli R, De Cicco Nardone C, Plotti F, Cafà EV, Dugo N, Damiani P, Ricciardi R, Linciano F, Terranova C.
Use of music to reduce anxiety during office hysteroscopy: prospective randomized trial
J Minim Invasive Gynecol. 2014 May-Jun; 21 (3): 454-9. doi: 10.1016/j.jmig.2013.07.020. Epub 2013 Aug 17

Analizzare **l'effetto della musica sull'ansia e la percezione del dolore durante l'isteroscopia ambulatoriale**: è questo l'obiettivo del trial randomizzato prospettico di R. Angioli e collaboratori, del Dipartimento di Ostetricia e Ginecologia dell'Università "Campus Bio-Medico" di Roma.

Lo studio è stato condotto su **356 donne**, reclutate fra il luglio 2012 e il gennaio 2013. Tutti gli esami sono stati effettuati da un medesimo specialista, con un isteroscopio di Bettocchi da 5 millimetri e senza anestesia.

I dati raccolti includono l'età, l'indice di massa corporea, il numero di parti vaginali, il livello culturale ed eventuali interventi di chirurgia endometriale (curettage e/ isteroscopia).

Quindici minuti prima dell'intervento, e durante l'intervento stesso, è stata registrata una serie di parametri vitali, fra cui la pressione sanguigna, la frequenza cardiaca e la frequenza respiratoria. Sono stati inoltre rilevati il tempo di attesa e la durata della procedura. Ogni paziente ha compilato, prima e dopo l'isteroscopia, una versione italiana dello "State-Trait Anxiety Inventory" e una scala analogico-visuale del dolore percepito.

Questi, in sintesi, **i risultati del trial**:

- durante l'isteroscopia, la pressione sistolica e la frequenza cardiaca sono risultate significativamente più basse nel gruppo di donne trattate con sottofondo musicale rispetto al gruppo di controllo (isteroscopia senza musica);
- le donne trattate con la musica hanno sperimentato un minore livello d'ansia e meno dolore durante la procedura, e una più rapida riduzione dell'ansia e del dolore dopo il trattamento.

Queste indicazioni confermano come **la musica possa essere utilizzata per ridurre l'ansia e la percezione del dolore durante l'isteroscopia**. Ora è auspicabile che ulteriori studi:

- confermino **le indicazioni generali emergenti da questa ricerca**;
- specifichino **quali tipi di musica e quali condizioni di ascolto siano più efficaci**: genere (per esempio, musica classica verso musica leggera), caratteristiche musicologiche (brano veloce o lento, in tonalità maggiore o minore, molto o poco ritmato, con scarse o spiccate variazioni dinamiche, e così via), livello di volume (basso, medio, alto), momento dell'ascolto (solo nel corso dell'intervento o anche durante l'attesa), possibilità di scelta (brano selezionato a caso o prescelto dalla paziente), significatività cognitiva (brano noto verso brano inedito), significatività emotiva (brano positivamente collegato ai ricordi personali della paziente verso brano

emotivamente neutro), ambito esistenziale della significatività emotiva (brano collegato ai ricordi dell'infanzia, della giovinezza, dell'età adulta), e così via;
- verifichino **l'adattabilità del metodo ad altre tipologie di esame invasivo e potenzialmente doloroso**.