Musicoterapia: i suoni riducono l'ansia e il dolore post operatorio

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

Hole J, Hirsch M, Ball E, Meads C.
Music as an aid for postoperative recovery in adults: a systematic review and meta-analysis
Lancet. 2015 Oct 24; 386 (10004): 1659-71. doi: 10.1016/S0140-6736(15)60169-6. Epub 2015 Aug 12

Valutare se la musica favorisca la ripresa psicofisica dopo un intervento chirurgico: è questo l'obiettivo della review e meta-analisi di J. Hole e collaboratori, della Queen Mary University of London, Regno Unito.

Lo studio ha preso in esame una serie di articoli, abstract e trial randomizzati controllati, pubblicati in diverse lingue e condotti su **adulti sottoposti a chirurgia**, con esclusione degli interventi relativi al sistema nervoso centrale, alla testa e al collo. In questi studi, l'impiego della musica viene confrontato – prima, durante e dopo l'intervento – con le terapie standard e altri trattamenti non farmacologici.

La ricerca dei lavori è stata condotta su Medline, Embase, Cinahl e Cochrane Central. La meta-analisi è stata svolta con l'applicativo Review Manager 5.2 e ha prodotto una serie di differenze medie standardizzate (SMD).

Sono stati identificati e inclusi:

- **4261 articoli e abstract**;
- **73 trial randomizzati controllati**, condotti su una popolazione che varia da 20 a 458 partecipanti.

Il tipo di musica utilizzato, il momento dell'ascolto e la durata variano da studio a studio.

Dall'analisi dei dati emerge che l'esposizione alla musica:

- **attenua il dolore post operatorio** (SMD -0.77 [95% CI, -0.99 / -0.56]);
- **riduce l'ansia** (-0.68 [-0.95 / -0.41]);
- **limita il ricorso agli analgesici** (-0.37 [-0.54 / -0·20]);
- **aumenta la soddisfazione del paziente** (1.09 [0.51 / 1.68]);
- non modifica il tempo di ricovero (-0.11 [-0.35 / 0.12]).

Importante: la scelta del tipo di musica e il momento dell'ascolto influiscono in misura molto limitata sui risultati. L'ininfluenza della tipologia, in particolare, induce a pensare che **l'effetto antalgico** sia dovuto non tanto al contenuto musicale in sé, apprezzabile a livello cognitivo ed estetico, quanto alle caratteristiche fisico-acustiche dei suoni in sé, e all'azione delle componenti armoniche e soprattutto ritmiche: un'ipotesi resa ancor più verosimile dal fatto che la musica è risultata efficace **anche quando i pazienti erano sotto anestesia generale**.

In conclusione, la musica può costituire una via complementare per ridurre l'ansia e il dolore nel periodo post operatorio.

Â© 2017 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org