Efeito Placebo: ilusão ou ciência?

Rafaella Spillari Siegloch[1]
Flávia da Luz Mattjie[2]
Maria Eduarda de Andrades de Brito[3]
Milena Rafaela Reckziegel[4]
Cláudia Rigoli Schneider[5]

Instituição: Colégio Dom Hermeto.

Modalidade: Relato de Pesquisa.

Eixo Temático: Ciências da Natureza e suas Tecnologias.

1 Estudante do 2ª série do Ensino Médio - rafaellasiegloch@domhermeto.com.br
2 Estudante do 2ª série do Ensino Médio - mariadebrito@domhermeto.com.br
3 Estudante do 2ª série do Ensino Médio - milenareckziegel@domhermeto.com.br
4 Estudante do 2ª série do Ensino Médio - flaviahattjie@domhermeto.com.br
5 Professora Mestre Orientadora - claudiaschneider@domhermeto.com.br

1. Introdução

O trabalho busca compreender o efeito placebo, especialmente sua atuação nos aspectos neurológicos e psicológicos. O fenômeno ganhou relevância científica no século XX, destacando-se o estudo de Henry K. Beecher, de 1955, que demonstrou a influência das expectativas nos resultados terapêuticos.

A pesquisa investiga como expectativas, emoções, confiança no profissional de saúde e redução da ansiedade podem influenciar a percepção dos sintomas e provocar respostas fisiológicas reais, envolvendo neurotransmissores como endorfinas e dopamina. Assim, o efeito placebo é compreendido como um fenômeno multifatorial que relaciona mente, cérebro e corpo.

O principal problema da pesquisa é compreender como as expectativas do paciente influenciam a intensidade do efeito placebo e quais são seus efeitos reais no cérebro e no organismo. Os objetivos incluem analisar suas bases neurobiológicas e psicológicas, relacioná-lo ao sistema emocional, avaliar as hipóteses científicas existentes e investigar a percepção da sociedade sobre o tema.

2. Procedimentos Metodológicos

O grupo, formado por Flávia, Maria Eduarda, Milena e Rafaella, escolheu em fevereiro o tema efeito placebo, devido à sua relevância e ao pouco conhecimento sobre o assunto. A pesquisa foi desenvolvida com base em fontes confiáveis, utilizando o método hipotético-dedutivo e uma abordagem exploratória, buscando compreender melhor o fenômeno e suas aplicações.

O trabalho envolveu pesquisas bibliográficas, entrevista semiestruturada com o médico psicanalista Douglas Plack Hammes e uma pesquisa objetiva com alunos e moradores de Três de Maio, a fim de avaliar o conhecimento da comunidade sobre o efeito placebo. Também foram realizadas atividades práticas para testar e demonstrar o fenômeno.

O projeto foi desenvolvido durante as aulas de Metodologia da Pesquisa e em encontros extracurriculares, com revisão das informações após a apresentação à banca. Por fim, as atividades práticas foram apresentadas na FIPCAT, acompanhadas de explicações ao público, contribuindo para a divulgação científica e para a compreensão do efeito placebo.

3. Resultados e Discussões

A pesquisa revelou que muitas pessoas ainda possuem pouco conhecimento sobre o efeito placebo, embora demonstrem interesse em aprender mais. Para aprofundar o estudo, foi aplicado um questionário a alunos e moradores de Três de Maio e realizada uma entrevista com o enfermeiro e estudante de psicanálise Douglas Plack Hammes.

Segundo o entrevistado, o efeito placebo ocorre quando a expectativa positiva do paciente pode provocar melhorias físicas ou emocionais, ativando mecanismos cerebrais relacionados ao bem-estar. Esse efeito pode ser mais significativo em casos de ansiedade e depressão, nos quais os sintomas são fortemente influenciados por fatores emocionais.

A entrevista também destacou a importância da relação de confiança entre paciente e profissional, da expectativa positiva e da adesão ao tratamento. Diferentemente dos medicamentos, que atuam diretamente nos mecanismos fisiológicos da doença, o placebo depende principalmente de fatores psicológicos e da crença na eficácia do tratamento.

Concluiu-se que o efeito placebo está relacionado à interação entre cérebro, expectativas, emoções e ambiente terapêutico, sendo um fenômeno importante para a compreensão dos processos envolvidos na saúde mental.

4. Conclusão

Conclui-se que o estudo sobre o efeito placebo permitiu compreender sua influência na relação entre mente e corpo. A partir das pesquisas realizadas, verificou-se que expectativas, crenças e emoções podem interferir na percepção dos sintomas e provocar respostas reais no organismo. Os resultados confirmaram a hipótese proposta, evidenciando que o efeito placebo é um fenômeno complexo, relacionado a mecanismos psicológicos, neurológicos e fisiológicos. Dessa forma, o trabalho atingiu seu objetivo ao demonstrar a importância desse fenômeno para a saúde e para a pesquisa científica, destacando a influência dos fatores psicológicos no bem-estar e na recuperação dos indivíduos.

5. Referências

DRAUZIO VARELLA. Efeito placebo: **como as expectativas influenciam tratamentos e pesquisas médicas.** São Paulo, 2023. Disponível em: https://drauziovarella.uol.com.br/neurologia/efeito-placebo-como-expectativas-influenciam-tratamentos-e-pesquisas-medicas/. Acesso em: 29 mai. 2026.

HARVARD HEALTH PUBLISHING. **The power of the placebo effect.** Boston, 2021. Disponível em: https://www.health.harvard.edu/newsletter_article/the-power-of-the-placebo-effect. Acesso em: 29 mai. 2026

IASP – INTERNATIONAL ASSOCIATION FOR THE STUDY OF PAIN. **Folha informativa sobre o efeito placebo**. Washington, DC, 2022. Disponível em: https://www.iasp-pain.org/wp-content/uploads/2022/01/Portuguese-Fact-Sheet-for-IASP_Ulrike_FINAL-B.pdf. Acesso em: 29 mai. 2026.