Sinfonia Cerebral: influência da música na mente

Bianca de Aguiar da Silva[1]
Julia maiquelle de Souza[2]
Marcelo Rodrigues Filho[3]
Victor Gabriel Morais[4]
Mirela Schropfer Klein[5]

Instituição: Escola Técnica Estadual 25 de Julho

Modalidade: Relato de pesquisa

Eixo Temático: Linguagem e suas Tecnologias

1. Introdução:

Segundo a Organização Mundial da Saúde abrangente publicada em 2019 pelo escritório regional da organização para a Europa, as manifestações artísticas e culturais influenciam significativamente na saúde física e mental das pessoas. Uma das manifestações artísticas que mais contribui para o desenvolvimento humano é a música.

A música possui funções além de entretenimento, ela tem um impacto profundo no pensamento humano, influenciando emoções, criatividade e até a tomada de decisões e estimular diferentes áreas do cérebro, despertando sentimentos específicos e ajudando na regulação emocional. Além de efeitos terapêuticos, por exemplo.

Segundo a PUCRS online, em 2020, hospitais e unidades de saúde pelo Brasil aderiram ao uso de música para auxiliar no tratamento de pacientes internados com COVID-19. A musicoterapia, uma forma de terapia por via de músicas, foi usada para melhorar o humor e reduzir a ansiedade, além de promover relaxamento e bem-estar aos pacientes.

Nosso objetivo com essa pesquisa foi compreender sobre como a música pode influenciar o pensar, nossas ações e mudar emoções, bem como informar o leitor de como podemos usar ao nosso favor esse conhecimento.

Por isso, esse tema é importante porque nos ajuda a compreender como algo tão presente no nosso dia a dia pode influenciar profundamente nossa mente e nosso corpo,

[1] Estudante da Escola Técnica Estadual 25 de julho
[2] Estudante da Escola Técnica Estadual 25 de julho
[3] Estudante da Escola Técnica Estadual 25 de julho
[4] Estudante da Escola Técnica Estadual 25 de julho
[5] Professora da Escola Técnica Estadual 25 de julho

podendo ser utilizado tanto para fins de lazer quanto como ferramenta de cuidado com a saúde.

2. Procedimentos Metodológicos: Esta pesquisa caracteriza-se como quali-quantitativa, pois reúne dados qualitativos, obtidos por meio da análise de estudos científicos, e dados quantitativos, coletados por meio de um formulário aplicado ao público.

Inicialmente, foi realizada uma pesquisa bibliográfica utilizando artigos científicos disponíveis no Google Acadêmico. Durante aproximadamente dois a três meses, foram selecionados e analisados materiais relacionados à influência da música no cérebro, das emoções, do comportamento humano e de seus benefícios para a saúde e o bem-estar. Essas referências forneceram a base teórica para o desenvolvimento do trabalho.

Na etapa seguinte, realizamos um formulário que foi aplicado na internet, e respondido por um público de pessoas com 15 a 25 anos, e com 9 perguntas, 4 delas sendo descritivas e o restante de alternativas. O formulário contém perguntas sobre a percepção das pessoas em relação aos efeitos da música em suas emoções, sobre suas músicas favoritas etc.

Ao final deste questionário, realizamos a leitura das respostas fornecidas, e, a partir dela, elaboramos o nosso produto. Ele é composto por dois vídeos, que nós produzimos, simulando como se fosse um trailer de um filme. Nesse caso, elaboramos dois vídeos iguais, com a única diferença sendo a música, assim mostrando como as cenas podem mudar muito apenas por causa da música de fundo. **(Segundo o artigo publicado por Beatriz Ilari Revista eletrônico de musicoterapia)** os efeitos da música no desenvolvimento cognitivo nos últimos anos, trouxe à tona a questão dos efeitos da educação musical em uma área fundamental: a alfabetização. Embora existam poucos estudos, os resultados apresentados até o momento são bastante sólidos. Um estudo recente conduzido por Anvari e colegas (2002) sugeriu que a percepção musical tem uma relação estreita com o desenvolvimento da leitura e com a consciência fonológica (isto é, a habilidade que o ouvinte tem de segmentar a fala em unidades menores e ainda assim reconhecê-las independentemente de variações em altura, tempo, timbre e contexto).

3. Resultados e Discussões: Após analisar as respostas do questionário , percebemos que a música influencia bastante no humor, nas emoções e até na concentração de quem a ouve. Muitas pessoas responderam que escutam música todos os dias e que ajuda a estudar, ter mais foco e se sentir mais animado fazendo alguma atividade como limpar a casa. Os resultados mostram que a música tem importância no dia a dia das pessoas e também pode animar ou entristecer alguém conforme a batida. Com esse trabalho aprendemos muitas coisas que não sabíamos antes, sobre a música e como cada batida e onda sonora age no cérebro humano de um jeito diferente e como as pessoas reagem a isso de formas diferentes mas mesmo assim seguindo o padrão esperado, um exemplo muito comum é sentir vontade de dançar quando ouve batidas mais animadas ou parar para pensar e lembrar de coisas tristes como uma desilusão amorosa quando toca uma música com notas mais lentas, também conhecidas como música de sofrência. A música pode ajudar a aliviar o estresse, ansiedade, nervosismo e até a depressão com recursos como a musicoterapia que não é muito falada socialmente mas é bem importante na cura de doenças mentais.

4. Conclusão: Concluímos, com essa pesquisa e com as respostas do formulário, que a música influencia sim a vida das pessoas inclusive no dia a dia e também afeta o humor de cada um. Os participantes do formulário em maioria responderam que ouvem música diariamente e que a música contribui muito no seu humor diário.

A pesquisa com o formulário foi muito importante para confirmar a nossa teoria de como a música age com cada um na prática

5. Referências

Artigo: **Como a música impacta o cérebro humano**. PUCRS Online, 11 de mai. de 2021. Disponível em: https://online.pucrs.br/blog/como-a-musica-impacta-o-cerebro-humano Acesso em: 03 de jul. de 2026.

ILARI, Beatriz. **A música e o desenvolvimento da mente no início da vida: investigação, fatos e mitos.** Revista eletrônica de musicologia, v. 9, out. 2005. Disponível em: http://www.rem.ufpr.br/_REM/REMv9-1/ilari.pdf Acesso em: 09 jul. 2026.