

OS BENEFÍCIOS DA MÚSICA NA PSICOTERAPIA: os psicólogos utilizam esse recurso? ¹

José Pedro Machado Rodrigues

Luís Hernane Batista Souza Silva

RESUMO

A música é uma arte subjetiva, tendo um significado diferente para cada indivíduo. Está presente em diferentes cenários das pessoas graças aos seus inúmeros recursos e facilidade de acesso. A psicoterapia pode ser considerada um procedimento científico que busca fazer um tratamento com o sujeito que tem um sofrimento psíquico que se manifesta em uma área de sua vida. Este artigo teve como objetivo geral identificar e apresentar os benefícios da música no processo de psicoterapia, quantificando a utilização desse recurso. Se desdobrando nos seguintes objetivos específicos: apresentar os benefícios da música na psicoterapia; investigar o uso da música como recurso na psicoterapia. A metodologia aplicada teve duas frentes de pesquisa, a primeira foi a bibliográfica, utilizando as plataformas de pesquisa CAPES e revistas brasileiras. Já a segunda, foi aplicado um questionário via *google forms* para psicólogos e estagiários residentes na cidade de Catalão e região (sul e sudeste do estado de Goiás). Os dados da pesquisa apontam que há uma escassez do uso desse recurso por parte dos psicólogos e estagiários, demonstrando que há uma necessidade de ampliar a divulgação e os estudos sobre tal recurso, no qual este pode vir a somar, trazendo benefícios e também variedades aos diversos tipos de psicoterapias existentes.

Palavras-chave: Música. Psicoterapia. Benefícios.

1. INTRODUÇÃO

Segundo Hays e Minichiello (2005 *apud* PIMENTEL e DONNELLY, 2008), a música se trata de um elemento social que mantém papéis clássicos e definições próprias ao longo da história em diferentes contextos. Está inserida no dia a dia das pessoas, podendo ser encontrada em diferentes recursos tais como programas de TV, rádios, atividades esportivas, longas metragens e propagandas. Deste modo, vemos que a música está presente no cotidiano de todos, seja de forma direta ou indireta. Contudo é complicado ter um significado consistente de música, uma vez que se trata de uma arte subjetiva. Seeger (2008) aponta uma definição ampla de música fazendo uma correlação entre sons e seres humanos, uma vez que os sons são humanamente organizados, pois através de estruturas sonoras produzidas por determinado grupo, estes conseguem se comunicar com demais grupos, dando início a um diálogo.

Para Jung (2011), a psicoterapia é um procedimento dialético entre duas pessoas, para obter um efeito desejado em que serão interpretadas as experiências ali coletadas de diferentes maneiras. Alguns métodos já utilizados foram: “terapia pela sugestão”, “psicanálise”, “método educativo”, “treinamento autógeno” entre outros. Tais procedimentos são baseados em

¹ Trabalho de Curso apresentado à Faculdade UNA de Catalão – UNACAT, como requisito parcial para a integralização do curso de PSICOLOGIA, sob orientação da professora Ma. CAMILLA CARNEIRO SILVA QUEIJA.

pressupostos psicológicos especiais que geram resultados específicos, dificilmente comparáveis entre si. E as contradições existentes nos diferentes campos da ciência, apenas comprovam que seu objetivo tem propriedades. Assim, é possível formular que a definição da interação psíquica nada mais é do que a relação de troca entre dois sistemas psíquicos. Pois individualidade deste agrupamento proporciona um resultado com uma variabilidade infinita de afirmações relativas.

Jung (2011) cita que a psicoterapia foi sofrendo transformações, tomando forma à medida que se aprofundava seus estudos e diferenciava seus métodos sobre outros tratamentos limitados. Atualmente ela é uma ciência e um método científico, no qual busca um tratamento com a finalidade de fazer que um desenvolvimento falho, neurótico, retome seus rumos naturais. É feito um trabalho de reeducação de indivíduos, onde grande parte é inconsciente de sua própria personalidade, para que ele mesmo se veja em condições de seguir, conscientemente, seu próprio caminho, reconhecendo suas responsabilidades gerais.

A escolha por essa temática se justifica pela escassez de pesquisas acadêmicas a respeito da utilização da música enquanto recurso de psicoterapia, tornando relevante a elaboração da do presente estudo. Além dessa carência, cabe ressaltar que existe uma motivação pessoal dos autores, visto que estes têm suas vidas entrelaçadas com processos artísticos. A pesquisa tem por foco, investigar o uso da música como recurso psicoterapêutico, apresentando os seus benefícios tanto para os pacientes quanto para os psicólogos que poderão incluir este recurso nas suas práticas e assim, conseqüentemente, espera-se obter melhores resultados.

Espera-se com este estudo contribuir para com futuros trabalhos acadêmicos agregando em pesquisas posteriores e também implicará no meio profissional da psicologia atribuindo uma nova ferramenta psicoterapêutica.

Perante o exposto, formula-se a seguinte pergunta: a música apresenta benefícios para os pacientes e é um recurso utilizado por profissionais da psicologia? Assim, foi elaborada a hipótese que a música pode trazer impactos para a melhora do paciente, todavia, este recurso precisa ser explorado e difundido na psicoterapia. A pesquisa teve como objetivo geral identificar e apresentar os benefícios da música no processo de psicoterapia, quantificando a utilização desse recurso. Se desdobrando nos seguintes objetivos específicos: apresentar os benefícios da música na psicoterapia; investigar o uso da música como recurso na psicoterapia.

A metodologia aplicada teve duas frentes de pesquisa, a primeira foi a bibliográfica, onde utilizamos a plataformas de pesquisa de artigos científicos CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) e revistas brasileiras, voltadas à psicologia, de *qualis* A1 e A2 para levantamento do referencial teórico, tendo como descritores as palavras música, psicologia e psicoterapia. Já a segunda, foi aplicado um questionário, fabricado pelos

autores da pesquisa, com embasamento nos estudos dos artigos da primeira etapa. Os questionários foram elaborados via *google forms*, o qual foram enviados através de um link para psicólogos e estagiários residentes na cidade de Catalão e região (sul e sudeste do estado de Goiás) e a partir dele foram quantificados o número de psicólogos e estagiários que utilizam deste recurso, bem como os benefícios evidenciados por eles.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

A psicoterapia, segundo Cordioli (2008), se originou na medicina antiga, na cura pela fé e no hipnotismo e era inicialmente chamada de cura pela fala. Porém, no fim do século XIX, começou a ser usada em tratamento das, então, chamadas doenças nervosas e mentais, assim, tornou-se uma atuação médica, porém, exclusiva aos psiquiatras.

Mais tarde, já no século XX, outros profissionais, como psicólogos, médicos clínicos, assistentes sociais, entre outros, começaram a exercer a psicoterapia, indo além dos limites do modelo médico. Assim, por causa da propagação de modelos e métodos, foram surgindo escolas e sociedades científicas que se organizaram e estabeleceram regras para a prática e também proporcionaram cursos de formação.

A definição de psicoterapia, para Strupp (1978 *apud* Cordioli, 2008), é que ela é um procedimento onde há um profissional instruído de meios psicológico, seja através da comunicação verbal ou da relação terapêutica, que fará uma série de intervenções com o objetivo de auxiliar o paciente a transformar problemas de cunho emocionais ou comportamentais. Observando essas características, podemos dizer que a psicoterapia é um método de tratamento, antes de tudo, interpessoal que tem fundamentação em princípios psicológicos no qual busca elaborar um tratamento adaptado a cada paciente individualmente.

Existem diferentes tipos de psicoterapias, para Cordioli (2008), o termo envolve desde psicoterapias breves, no qual tem o intuito de ajudar um paciente a solucionar uma dificuldade momentânea, até tipos mais complexos, como a psicanálise ou a terapia de orientação analítica, que tem a proposta de modificação de aspectos que pertencem a personalidade do sujeito.

Além das psicoterapias individuais, surgiu a psicoterapia de grupo, onde Vinogradov, Cox e Yalom (2003 *apud* Cordioli, 2008) salientam que a necessidade de atender um número maior de pessoas proporcionaram o início dessa modalidade de psicoterapia. Pois durante a segunda guerra mundial, as dificuldades psiquiátricas eram devastadoras e as equipes dos hospitais eram escassas, assim o tratamento em grupo teve um grande progresso, pois trazia

vantagens quanto ao seu custo e benefício, já que é melhor em relação às psicoterapias individuais.

Fubini (2019) apresenta que a música é uma arte polimorfa e multifacetada, pois a mesma desperta interesse e pode ser analisada por diferentes áreas e assim não tem uma definição concreta que se modifica ao longo do período e da ótica na qual vem sendo empregada. Consequentemente, Tinhorão (1998) defende que a música está inserida em uma sociedade diversificada que diz respeito à soma de diferentes culturas ligadas ao de grau de informação e a realidade que uma mesma sociedade se divide.

Segundo Areias (2016) a música é um modelo de expressão intrínseca do ser humano, sendo que através dela é possível compartilhar afetos ou emoções, fortalecendo as relações com o desenvolvimento da empatia e a ampliação de relacionamentos, favorecendo o acesso às memórias emocionais, deste modo, Chiqueto e Araldi (2009) apontam que a música está ligada com o desenvolvimento do ser humano, estando presente em seu cotidiano, se relacionando de forma direta através da construção de diversos instrumentos, a vocalização de alguns tipos de cantos, tendo assim um aperfeiçoamento musical com uma relação íntima e diversa.

Portanto, Areias (2016) complementa que a informação que a música afeta a saúde do ser humano de forma positiva é antiga e notada desde os tempos de Platão e Aristóteles, contudo só passou a ser utilizada na recuperação dos doentes em meados do século passado.

Andrade Júnior (2018) explica que ao contrário de alguns procedimentos médicos, a música é uma espécie de tratamento inofensivo e indolor que proporciona mínimos ou insignificantes efeitos colaterais. Além disso, há uma economia de recursos no tratamento com música. Podemos citar ainda outros benefícios, tais como o progresso cognitivo, a atenção e a memória. Também existe indícios de redução de sintomas de desconforto, sensações positivas, facilitação da comunicação pessoal e interpessoal, redução de dores físicas e mentais, entre outros.

De acordo com Zanetti (2008), a inserção da música na psicoterapia é algo que tem origem na cultura e por não ser uma prática clínica recorrente pode ser considerado um processo novo, diferente e interligado com a subjetividade que dá abertura a um novo campo clínico. Deste modo Miranda (2013), complementa essa ideia trazendo os campos de atuação onde a música pode ser inserida enquanto um recurso terapêutico como: deficiência intelectual, saúde mental, psiquiatria infantil, drogadição, reabilitação dentre outros.

Miranda (2013), ressalva sobre a eficiência das terapias baseadas em música e sua capacidade e agilidade de modificar diferentes quadros clínicos, precaver enfermidades físicas e mentais, auxiliar no equilíbrio da imunidade e do sistema endócrino, melhora cognição

aumentando a sensação de bem-estar devido a maior produção de serotonina e dopamina, influenciando de forma positiva nos comportamentos, emoções e respostas motoras. Fonseca *et al.*, (2006) aponta que a utilização da música também contribui para o tratamento de doenças neurológicas, tais como Parkinson e Alzheimer. Tarricone (2016), complementa que a música contribui para a estrutura física do cérebro, pois a sobrevivência dos neurônios se torna maior devido ao estímulo provocado pela música, onde acontece a plasticidade cerebral uma vez que o cérebro se adapta as necessidades encontradas ao longo do percurso se desenvolvendo através das sinapses proporcionadas pela música, o que também acarreta positivamente no desenvolvimento socioemocional, físico e cognitivo.

Damasceno e Da Silva Júnior (2019) refletem que a utilização da música como recurso psicopedagógico em crianças com Transtorno Espectro Autista, torna-se fundamental, pois se trata de uma atividade do campo lúdico que estimula a criatividade, interação e comunicação com seus pares, desperta o empenho e encanto da criança. A simplificação das relações interpessoais e intrapessoais, através da música é um benefício apontado por Sales *et al.* (2011), pois ela gera um maior bem-estar, promove autoestima e possibilita acolhimento. Sendo assim, a utilização da música como recurso para crianças vai influenciar positivamente, de modo geral, no seu desenvolvimento pessoal.

Nobre *et al.* (2012) apresentam as mudanças fisiológicas que acontecem no corpo do ser humano sob a influência da música tais como frequência respiratória e cardíaca, alteração bioquímica do sistema imunológico/endócrino, pressão arterial, temperatura do corpo, motivação, controle de impulsos e variações de sentimentos. Assim, identificando todos estes aspectos, Do Amaral Filho, Ribeiro e Vieira (2020) diz que pode-se utilizar da música nos transtornos ligados a ansiedade, onde ela pode ser vista como uma ferramenta da musicoterapia e das práticas de *mindfulness* que são técnicas que podem auxiliar o indivíduo a reconhecer seus pensamentos disfuncionais que resultam nos transtornos de ansiedade, estresse e depressão, e a soma dessas ferramentas podem ser muito eficazes e aplicadas em diversos contextos como CAPS (Centro de Atenção Psicossocial), escola, clínica, hospitais dentre outros, com a intenção de promover saúde mental.

Nos estudos de Siqueira e Lago (2012) que trata de uma pesquisa qualitativa, onde os pesquisadores entrevistaram 6 (seis) membros da rede de saúde mental de Campinas, que além de poder falar sobre a música tiveram a oportunidade de escutá-la. Nesta pesquisa, os autores apresentam 9 (nove) unidades de sentido que diz respeito aos aspectos e experiências do sujeito quanto a música, sendo eles: música e memória, música e infância, reconhecimento, sonhos em

ser famoso, música como parte do tratamento, mudanças no estado de humor, aprendizado nas atividades musical, composição musical como recurso expressivo e transe, catarse.

Dentre os benefícios evidenciados pelos pesquisadores pode-se destacar a música e memória somada à música e infância, uma vez que ambos os benefícios têm uma ligação direta, visto que grande parte das memórias acessadas através do estímulo musical remetiam à infância e as suas relações com seus familiares. No que diz respeito ao reconhecimento, os participantes da pesquisa demonstraram se sentir parte do grupo, pois eles são vistos como músicos deixando de lado o papel de “louco”, “incapaz” e “doente” os quais eles são associados pela sociedade com frequência, o que respinga diretamente na autoestima dos envolvidos. Evidenciando ainda o estímulo da imaginação associados novamente aos processos de memória visto que os pacientes demonstram o sonho de ser famoso que vivenciaram na infância, contudo neste aspecto também ocorreu uma leve distorção da realidade por alguns dos participantes.

Os sujeitos reconheceram a música como parte importante do tratamento, chegando a comparar com a psicoterapia e concluindo que para eles a ferramenta pode ser mais eficaz, contagiante e imediata. Outro benefício bastante citado pelos usuários da rede de saúde mental foi a interferência no humor, pois a música pode despertar diferentes sensações como alegria, euforia, tristeza chegando a ser comparada por um dos participantes a medicamentos que também interferem quimicamente no estado de humor, sendo assim a música um remédio menos abrasivo que surte efeito.

No que diz respeito ao aprendizado este vai além das coisas relacionadas diretamente a música, como aprender a tocar um instrumento, mas a questões comportamentais como o desenvolvimento de respeito e melhor interação do grupo. Uma das atividades propostas pelos pesquisadores foi a composição de músicas autorais, onde é possível evidenciar a expressão daquilo que eles estão sentindo e às vezes sentem a dificuldade de verbalizar. O estudo também aponta a música como um estado de transe e/ou catarse, pois os participantes expressam que a música tem o poder de fazê-los viajarem e os preencherem como um todo.

Souza e Neves (2019) utilizam do rap como ferramenta mediadora com os adolescentes do ensino médio de uma escola pública tendo assim uma via de acesso e expressão das emoções, da imaginação e da consciência dos adolescentes. Sendo que com a apresentação de raps além de um grande processo de identificação por parte dos adolescentes com as letras e a sua realidade, percebe-se o desenvolvimento da criatividade dos alunos participantes, uma vez que na intervenção eles compuseram letras de raps e por meio delas expressaram suas emoções e durante o processo perceberam um processo de aprendizagem, pois viram na prática que escrever uma letra de rap requer conhecimentos adquiridos nas matérias escolares como

português, matemática, sociologia, história e assim, a intervenção despertou maior interesse no currículo escolar. Como já dito, a música no campo escolar também é vista como uma grande ferramenta de reconhecimento de si e do mundo, e este autoconhecimento é visto de forma positiva, pois os alunos se tornam agentes conscientes das conjunturas atuais e daquilo que o futuro reserva.

Por outro lado, Frizzo *et al.* (2020), apresentam uma pesquisa descritiva e exploratória, de cunho qualitativo. Que tem por objetivo analisar a experiência subjetiva de cada indivíduo, sendo este familiar ou paciente de uma clínica especializada em oncologia no sul do país. A amostra compôs-se de oito pacientes (seis mulheres e dois homens) e sete familiares (quatro mulheres e três homens). O grau de parentesco dos familiares era de esposa, marido e irmã e a idade da amostra estava entre 49 e 78 anos.

O estudo foi desenvolvido em quinze entrevistas das quais foram norteadas por assuntos específicos de acordo com a evolução do tratamento e a música esteve presente em todos eles. O câncer é uma doença grave que afeta tanto o sujeito quanto os seus familiares, pois diagnóstico, vem na maioria das vezes, acompanhado de impactos emocionais, neste estudo um dos principais benefícios evidenciados, foi à música com um papel de acolhimento, visto que a ferramenta em questão foi utilizada na composição de diálogos e sensação de apoio, exposição de sentimentos, melhora de humor, aceitação da doença e modos de enfrentamento frente ao câncer, resgate de memórias positivas, relaxamento e minimização de fatores orgânicos, reestruturação da saúde mental impactando na saúde do paciente e família integrando corpo, mente e espírito.

Os benefícios da música também foram encontrados no contexto da psicologia comunitária, em medidas socioeducativas como apresenta Costa *et al.* (2011) em seu estudo desenvolvido com menores infratores do sexo masculino na faixa etária de 16 a 18 anos de idade, tendo atendimento psicossocial prestado pelo Centro Socioeducativo Assistente Social Dagmar Feitoza. Utilizando a música como ferramenta socioeducativa foi possível desenvolver autoconhecimento somado a percepção do senso estético, estímulos da cognição em processos criativos, facilitação no convívio social e redução da vulnerabilidade através da potencialização de sentidos e vivências dos menores envolvidos, visto que estes sofrem pela carência da desigualdade social e a música tem o potencial de tocar a alma e conectar pessoas, constituindo um caminho de afetividade e emoção.

Benetti, Gisard e Da Silva (2014) elaboraram uma pesquisa interventiva que tem como objetivo focar nos aspectos psicológicos dos indivíduos em que está sendo aplicado a pesquisa quanto nos seus conhecimentos individuais, nas relações que foram estabelecidas entre o

pesquisador e o participante e no entendimento, análise e na demonstração do conhecimento que foi produzido através da pesquisa aplicada.

Esta pesquisa foi aplicada em estudantes de uma escola pública com idade entre sete e nove anos, onde foram trabalhados conteúdos de letramento, utilizando letra e melodia com o intuito de analisar a presença e o envolvimento dessas crianças nas atividades escolares. Com este estudo, desejavam causar mudanças nos comportamentos internos e externos das crianças que participaram das atividades interventivas. Os resultados mostraram que os parâmetros avaliados não geraram níveis estatisticamente significativos. Mas no decorrer do estudo interventivo, foi notado um maior envolvimento das crianças com as atividades propostas, comparado com o início da pesquisa.

Portanto, a partir do exposto foi possível refletirmos brevemente através dos trabalhos apresentados sobre a música e a sua utilização enquanto recurso potencial na psicoterapia.

3. METODOLOGIA

Para atender aos objetivos propostos serão descritos nesta seção, os procedimentos metodológicos que foram utilizados no estudo. Também serão apresentados o levantamento bibliográfico, a amostra, o instrumento e procedimentos da coleta de dados e análise dos dados coletados.

No que diz respeito à abordagem, de acordo com Baptista e Campos (2016), o estudo é classificado como quantitativo, pois se trata de uma metodologia objetiva, baseada em números e cálculos matemáticos que podem ser traduzidos de forma numérica e percentual, a partir do instrumento estruturado para o desenvolvimento desta pesquisa. Nesse caso, o instrumento utilizado foi um questionário, que será descrito na seção seguinte.

Em relação à natureza da pesquisa, de acordo com Gil (2010) trata-se de uma pesquisa básica, sendo que tem por objetivo produzir novos conhecimentos para o avanço dos estudos completando uma lacuna existente nessa área. No que tange à finalidade, é uma pesquisa descritiva, pois pretende analisar a conexão das variáveis, através de um diagnóstico dos eventos, com intuito de descrevê-los, classificá-los e interpreta-los, verificando os fenômenos de uma população específica, utilizando de técnicas para coleta de dados como questionário.

Em relação ao procedimento, Fonseca (2002) salienta que o estudo é uma pesquisa com *survey* (obtenção de informações quantitativas sobre um determinado grupo de pessoas), uma vez que tem como principal atributo fazer um levantamento de dados através de um

questionamento direto com um público específico para a pesquisa, no qual, após a coleta os dados foram analisados de forma quantitativa, mantendo o sigilo do respondente.

3.1 Levantamento bibliográfico

Para o levantamento bibliográfico foi feita uma busca em 31 (trinta e uma) revistas brasileiras, voltadas à psicologia, de *qualis* A1 e A2 e em 1 (uma) plataforma (Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES/MEC) com o objetivo de levantar artigos alinhados com os seguintes tópicos: (I) Música; (II) Psicologia; (III) Psicoterapia.

Nas buscas realizadas nessas revistas foram utilizados os descritores: “Música+Psicologia” e “Música+Psicoterapia”. Foram encontrados 49 artigos, porém somente 2 (dois), pertencentes à revista “Psicologia: ciência e profissão (online)”, apresentaram pertinência ao tema proposto. Os demais foram descartados de acordo com os critérios de exclusão a saber, publicação (nos últimos dez anos) e idioma (português).

Já na plataforma CAPES, os descritores utilizados também foram: “Música+Psicologia” e “Música+Psicoterapia”, foram encontrados 147 artigos. Aplicando os mesmos critérios de publicação e idioma, restaram 92 trabalhos. Após leitura dos títulos e dos resumos selecionamos 3 (três) artigos que atendiam a temática de presente pesquisa.

3.2 Amostra da população

A população foi constituída por psicólogos formados e estagiários de psicologia. Para obtenção do objetivo proposto, o número de participantes foi de 66 respondentes, dos formulários enviados, porém foram considerados 64 questionários, por terem sido respondidos na íntegra, sem que nenhum dado ficasse sem resposta. Os 2 questionários desconsiderados na amostra foram excluídos por não se adequarem aos critérios da pesquisa. Cujo o critério de inclusão foi ser estagiário de psicologia ou psicólogo atuante dentre os últimos 5 anos. E critério de exclusão não preencher todo o questionário ou recusar de responder o mesmo.

A amostra é formada por psicólogos e estagiários de Catalão e região (sul e sudeste do estado de Goiás), pertencentes às diversas abordagens e áreas de atuação. Participaram da pesquisa, pessoas de 19 a 60 anos, de ambos os sexos, cor ou raça, sendo a única restrição ter atuado na área da psicologia dentro dos últimos cinco anos.

3.3 Instrumento de medidas

Para o desenvolvimento do estudo, foi aplicado um questionário composto pelo Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), coleta de dados sociodemográfico e as perguntas da pesquisa para o levantamento de dados.

A primeira parte do questionário entregue consistiu de um Termo de Consentimento, contendo informações gerais sobre a pesquisa, bem como a validação do Comitê de Ética e a anuência de participação do voluntário em participar do estudo (APÊNDICE A).

A seguir, antes do instrumento propriamente, os voluntários foram direcionados a responderem perguntas de cunho sociodemográfico, contendo perguntas sobre nome; gênero; faixa etária; local que reside; ocupação; número de registro no CRP (Conselho Regional de Psicologia) ou número de matrícula da faculdade; se exerceu a psicologia nos últimos cinco anos e abordagem que se identifica (APÊNDICE B).

Logo após responderem as perguntas de cunho sociodemográfico, os voluntários foram direcionados para as perguntas dispostas no quadro abaixo. Esse instrumento foi desenvolvido pelos autores da pesquisa de acordo com levantamentos bibliográficos, composto por sete perguntas, sendo duas objetivas e cinco de múltipla escolha como descritas no quadro 1.

Quadro 1: Amostra de perguntas.

Objetivas	Múltipla escolha
Você já utilizou a música como recurso na psicoterapia?	Em quais tipos de psicoterapia você utilizou a música?
Tem interesse em conhecer mais sobre esse assunto?	Em quais públicos utilizou a música?
-	Em quais áreas de sua atuação você utilizou a música?
-	Em quais desses transtornos a música foi eficaz?
-	Quais benefícios a música traz para o paciente?

Fonte: Autores (2021)

3.4 Procedimento e coleta de dados

Antes de qualquer procedimento, submetemos o projeto de pesquisa ao Comitê de ética e a coleta de dados foi somente iniciada após a aprovação do mesmo: Comitê de ética da Una CAAE - 46818921.3.0000.5098 (ANEXO A).

O envio do questionário ocorreu de forma online, de modo que os pesquisadores enviaram uma mensagem através das redes sociais, descrevendo o tema proposto da pesquisa e solicitando que os psicólogos e estagiários abordados acessassem o *link* anexado na mensagem. Foi solicitado também aos participantes que se possível compartilhassem o formulário com colegas de profissão.

Esta mesma mensagem foi compartilhada em grupos com o público alvo e também enviada de forma individual, de acordo com a rede de contato dos pesquisadores. O link em questão ficou disponível para acesso durante seis dias.

Antes de ter acesso ao questionário aplicado para solucionar a questão desse trabalho, os voluntários foram direcionados ao TCLE da pesquisa e só puderam dar sequência após ler e concordar com o termo descrito, sendo que o mesmo estava disponível para download. Em sequência, foram direcionados a primeira parte da pesquisa que tinha cunho sociodemográfico e por fim tiveram acesso as perguntas do questionário voltadas para o tema central do estudo em questão.

3.5 Análise dos dados e resultados

Os dados obtidos pelo questionário foram processados e analisados no próprio formulário do *google*, uma vez que este possui ferramentas para análises gráficas.

A análise dos dados coletados é apresentada na seguinte ordem: Análise das variáveis sociodemográficas, onde foi traçado o perfil do voluntário da pesquisa e feita uma filtragem dos candidatos, para dar seguimento no estudo apenas com aqueles que atuam na psicologia dentro dos últimos 5 anos. Depois de feita essa seleção, os pesquisadores analisaram o questionário, utilizando apenas os dados dos voluntários aptos a contribuir com a pesquisa. Para a verificação das respostas realizou-se análise estatística descritiva simples, com cálculo de percentil.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados e discussões da pesquisa estão organizados em três partes: análises dos dados sociodemográficos, análise da quantidade de participantes que utilizam a música como recurso na psicoterapia e análise da forma que a ferramenta é utilizada.

4.2 Análise das variantes sociodemográficos

Utilizando de estatística descritiva, com cálculo de percentil, realizou-se um perfil dos voluntários através dos fatores sociodemográficos. Os resultados alcançados referentes às variáveis sociodemográficas estão relacionados ao gênero, faixa etária, local que reside, ocupação, número de registro no Conselho Regional de Psicologia (CRP) ou número de

matrícula da faculdade, se exerceu a psicologia nos últimos cinco anos e abordagem que se identifica. A quantidade de participantes é representada por 64 voluntários. Esses dados estão representados na série de tabelas abaixo.

Quanto ao gênero, a predominância dos respondentes foi do gênero feminino, com 88%, sendo 56 mulheres para 8 homens (13%), conforme representado na Tabela 1. Segundo dados do Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2021), 86% da população de psicólogos é do gênero feminino no estado de Goiás. Na pesquisa também se encontra uma concentração maior de representantes deste gênero.

Tabela 1: Percentual de participantes por gênero

Gênero		
Sexo	Quantidade	Porcentagem (%)
Feminino	56	88%
Masculino	8	13%
Total	64	100%

Fonte: Autores (2021)

Ao que se refere à idade dos participantes, a pesquisa demonstra que a grande maioria dos respondentes tem entre dezenove e vinte nove anos (77%). Dado este que pode ser justificado, uma vez que a maioria dos voluntários são estagiários, como será demonstrado posteriormente. A Tabela 2 representa o percentual por grupo de idade dos participantes.

Tabela 2: Percentual de participantes por grupo de idade

Grupo de Idade		
Faixa etária	Quantidade	Porcentagem (%)
18 ou menos	0	0%
19 a 29	49	77%
30 a 39	9	14%
40 a 49	4	6%
50 ou mais	2	3%
Total	64	100%

Fonte: Autores (2021)

A Tabela 3 explora o percentual de participantes por localização. Demonstrando que dentre as 14 cidades, nas quais o questionário foi respondido, Catalão atinge mais da metade da porcentagem, sendo 64% das respostas. Essa centralização de participantes na cidade destacada é justificada uma vez que a universidade dos pesquisadores está localizada neste município, tornando-se assim o epicentro da pesquisa.

Tabela 3: Percentual de participantes por local que reside

Local que reside		
Cidade-Estado	Quantidade	Porcentagem (%)

Caldas Novas - GO	3	5%
Campo Alegre - GO	1	2%
Catalão - GO	41	64%
Corumbáiba - GO	2	3%
Davinópolis - GO	1	2%
Goiandira - GO	2	3%
Goiânia - GO	1	2%
Ipameri - GO	2	3%
Itumbiara- GO	1	2%
Nova Aurora- GO	1	2%
Ouvidor - GO	2	3%
Panamá - GO	1	2%
Pires do Rio - GO	3	5%
Três Ranchos - GO	3	5%
Total	64	100%

Fonte: Autores (2021)

Com relação à ocupação dos voluntários, nota-se que 36 são estagiários representando 56% e os outros 44% diz respeito aos 28 psicólogos formados, como é demonstrado na tabela 4.

Tabela 4: Percentual de participantes por ocupação

Ocupação dos participantes		
Ocupação	Quantidade	Porcentagem (%)
Estagiário	36	56%
Psicólogo	28	44%
Total	64	100%

Fonte: Autores (2021)

Com relação ao método de abordagem utilizada, a tabela 5 demonstra que na população pesquisada foram apresentados os seguintes resultados: 56% utilizam Cognitiva Comportamental; 30% Psicanálise; 5% Gestalt Terapia; 3% Humanista; 2% Behaviorismo e 5% assinalaram a opção outros, assim esses participantes ressaltaram suas abordagens em um espaço deixado no questionário para tal tipo de incremento, desse modo 3% foi correspondente a abordagem Sócio-Histórica e 2% Sistêmica.

Tabela 5: Percentual de participantes por abordagem

Abordagem		
Abordagem	Quantidade	Porcentagem (%)
Cognitiva Comportamental	36	56%
Psicanálise	19	30%
Gestalt Terapia	3	5%

Humanista	2	3%
Sócio-histórica	2	3%
Sistêmica	1	2%
Behaviorismo	1	2%
Total	64	100%

Fonte: Autores (2021)

4.3 Análise quantitativa da música enquanto recurso psicoterapêutico

Para responder parte do objetivo da pesquisa, que diz respeito à quantificação da música como recurso psicoterapêutico, foi utilizada análise de estatística percentual. Nesta pesquisa buscou-se quantificar o número de psicólogos e estagiários que utilizam ou já utilizaram a música na psicoterapia, independente da forma e público destinado.

Para efeito de análise, foi utilizada uma pergunta objetiva no questionário, na qual foi obtido o resultado apresentado na tabela 6.

Tabela 6: Percentual de participantes que utilizam música na psicoterapia

Música na Psicoterapia		
Utilizou	Quantidade	Porcentagem (%)
Sim	28	44%
Não	36	56%
Total	64	100%

Fonte: Autores (2021)

Como pode ser observado na tabela acima, dos 64 voluntários participantes da pesquisa, 56% deles nunca utilizaram a música como recurso na psicoterapia, fato esse que pode ser confirmado, como nos aponta Zanetti (2008), ao dizer que se trata de uma ferramenta nova.

4.4 Análise da música na psicoterapia

Tomando por base os dados obtidos na seção anterior, as demais respostas a serem demonstradas nos tópicos seguintes, foram respondidas apenas pelos 44% dos voluntários, que já utilizaram a música na psicoterapia, tornando assim nossa amostra geral de 28 participantes, logo que 36 dos 64 contribuintes foram excluídos das análises seguintes. Desses 28 voluntários que seguiram para análise da pesquisa, doze são da cognitiva comportamental, dez da psicanálise, dois da gestalt terapia, dois da humanista, um da sistêmica e um da sócio-histórica, onde as abordagens sistêmica e sócio-histórica são resultantes da opção “outros” do questionário, como podemos observar na tabela 7.

Tabela 7: Percentual das abordagens dos participantes que utilizam música na psicoterapia

Abordagem dos participantes que utilizam música na psicoterapia		
Abordagem	Quantidade	Porcentagem (%)
Cognitiva Comportamental	12	43%
Psicanálise	10	36%
Gestalt terapia	2	7%
Humanista	2	7%
Sistêmica	1	4%
Sócio-histórica	1	4%
Total	28	100%

Fonte: Autores (2021)

A série de figuras abaixo representa de forma quantitativa os dados obtidos na coleta de dados, sendo que nessas perguntas em questão o participante poderia marcar mais de uma alternativa de acordo com a sua experiência.

A figura 1 demonstra que existe certo equilíbrio na utilização da música quanto ao tipo de psicoterapia, uma vez que tivemos uma diferença menor que 3%, mostrando que é um recurso que pode ser utilizado tanto de forma individual quanto em grupos, atingindo percentuais de 67,9% e 64,3% respectivamente. Frizzo *et al.* (2020), apresenta que a partilha no grupo, com o uso da música como instrumento mediador, facilita o processo, pois o recurso promove a construção do vínculo fazendo com que o grupo se sinta mais acolhido e crie uma concepção humanizada do cuidado.

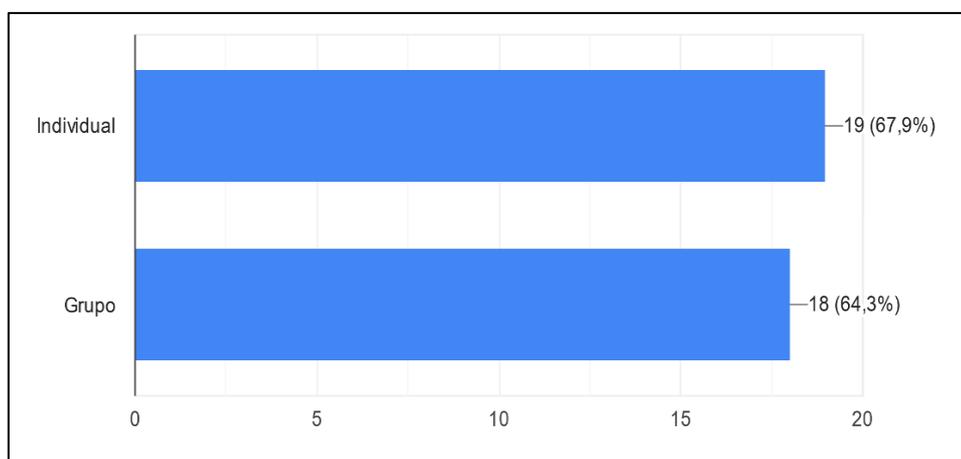


Figura 1: Tipos de Psicoterapia.

Fonte: Autores (2021)

De acordo com a figura 2, o maior público atendido por essa ferramenta são os adolescentes (62,1%); seguidos dos adultos (51,7%); as crianças e os jovens tiveram o mesmo percentual (41,4%) e o público no qual é menos utilizado são os idosos (31%). Percentual esse que pode ser correlacionado com a procura dos públicos na psicoterapia. Apesar dos idosos

serem apontados como o grupo no qual a música é menos utilizada, Bright *et al.* (1981, *apud* DA LUZ, 2014) defendem que a percepção do idoso, a respeito de si mesmo, sobre suas perdas que acontecem com o processo natural do envelhecimento, ajudam à sua própria debilitação. Essas concepções são desfeitas nos momentos que o idoso é inserido em experiências musicais que o motiva a compor, ouvir e cantar, aplicando seu nível de capacidade criativa. Essa participação em experiências musicais, tanto de forma individual quanto coletiva, os remete a uma memória feliz que traz revitalização para esses idosos.

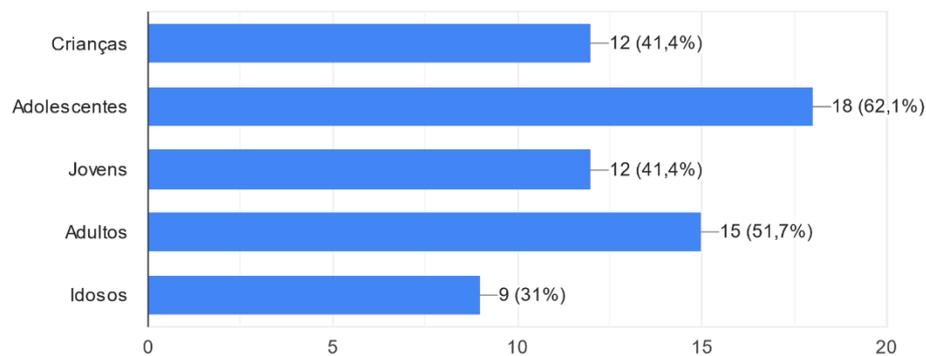


Figura 2: Público Alvo
Fonte: Autores (2021)

Com relação à área de atuação os dados da figura 3 apontam que a psicoterapia clínica é onde a música foi mais utilizada enquanto ferramenta tendo 67,9% dos percentuais; a escolar e social seguem com o mesmo percentual de 39,3%; seguidos da organizacional com 14,3%; hospitalar e neuropsicológica apresentam o mesmo resultado de 3,6%, as demais áreas em questão, jurídico e esporte; não foram quantificadas nessa pesquisa. Outros autores apresentaram estudos nessas diferentes áreas descritas, comprovando a eficácia da música.

No campo da psicologia escolar, Souza e Neves (2019) utilizaram do rap como ferramenta mediadora com os adolescentes do ensino médio de uma escola pública tendo assim uma via de acesso e expressão das emoções, da imaginação e da consciência dos adolescentes e Benetti, Gisard e Da Silva (2014) utilizam letra e melodia com o intuito de analisar a presença e o envolvimento dessas crianças nas atividades escolares. Enquanto Costa *et al.* (2011) utiliza a música como ferramenta socioeducativa nos campos da psicologia social.

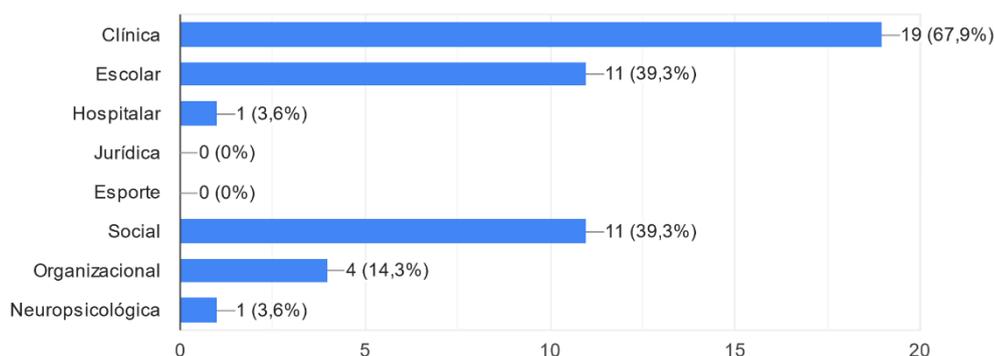


Figura 3: Áreas de atuação que utilizam da música
Fonte: Autores (2021)

De acordo com os dados coletados nesse estudo o transtorno do espectro autista (que foi citado na opção “outros”) e transtornos alimentares são os que a música foi menos utilizada como recurso 8%; já o transtorno de ansiedade generalizada está como o mais recorrente a tal ferramenta sendo 80%. Depressão, esquizofrenia e transtorno bipolar obtiveram 60%; 24% e 20% respectivamente. Transtorno de pânico e transtorno de estresse pós-traumático obtiveram a mesma porcentagem 16%; como demonstra a figura 4. Segundo Andrade Júnior (2018), diversos estudos demonstram a redução da ansiedade tanto em pacientes hospitalizados quanto em seus acompanhantes, onde as crianças e os idosos são os que mais usufruem desse e de outros benefícios que a música proporciona.

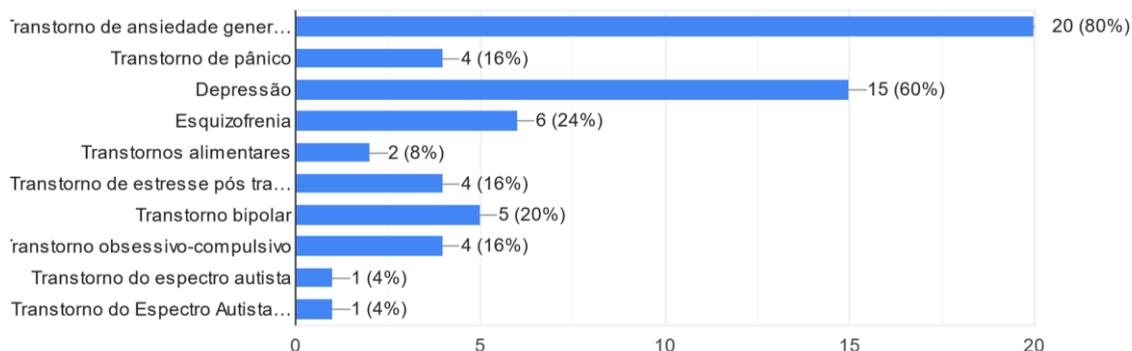


Figura 4: Transtornos que utilizam da música
Fonte: Autores (2021)

Apesar de ser um recurso novo, muitos autores já evidenciam os benefícios da música na psicoterapia. Costa *et al.* (2011), defende em seus estudos que a música proporciona autoconhecimento somado a percepção do senso estético, estímulos da cognição em processos criativos, facilitação no convívio social e redução da vulnerabilidade através da potencialização de sentidos, pois com a música é possível tocar a alma e conectar pessoas, constituindo um caminho de afetividade e emoção. Para Frizzo *et al.* (2020), a música remete a um papel de

acolhimento, visto que a ferramenta em questão é utilizada na composição de diálogos e sensação de apoio, exposição de sentimentos, melhora de humor, aceitação de doença e modos de enfrentamento, resgate de memórias positivas, relaxamento e minimização de fatores orgânicos, reestruturação da saúde mental que impacta na saúde do paciente e da família integrando corpo, mente e espírito.

Dentre os benefícios evidenciados por Siqueira e Lago (2012), pode-se destacar a música como um grande estímulo para facilitação do acesso às memórias, pois seus estudos apontam que a ferramenta tem a capacidade de transportar o indivíduo ao passado e também pode interferir no humor, despertar diferentes sensações como alegria, euforia, tristeza chegando a ser comparada a medicamentos que também interferem quimicamente no estado de humor, sendo assim a música um remédio menos abrasivo e que surte efeito.

A música auxilia o paciente de diferentes maneiras, Andrade Júnior (2018) salienta que existem evidências que a música ajuda a reduzir sintomas de desconforto, promove sensações positivas, auxilia a comunicação pessoal e interpessoal, favorece no aumento da sociabilidade da pessoa, diminui dores físicas e mentais e promove mudanças positivas nos padrões fisiológicos e de estímulos corporais. Diversos estudos comprovam ainda que há um desenvolvimento na cognição do indivíduo, melhorando sua atenção e concentração, também contribui para reduzir ansiedade, colabora no relaxamento e ajuda, de maneira geral, pacientes com doenças mentais tanto em tratamentos intensivos quanto os que estão inconscientes.

Contudo, assim como os autores supracitados, os voluntários da pesquisa também evidenciaram os benefícios da música nos processos de psicoterapia desenvolvidos por eles. Sendo que 82,1% responderam que a música induz emoções positivas e o mesmo percentual foi obtido pela opção induzir relaxamento; seguidos por diminuir o estresse 75%; estimular processos de memória 67,9%; reduzir sintomas de depressão 64,3%; melhorar aprendizagem 60,7% e desenvolver a cognição 57,1%. Na opção outros foi obtido quatro resposta com 3,6% sendo elas: trabalhar autoconhecimento e reflexão do indivíduo; instrumentos para verbalizar coisas de si; depende do paciente e ajuda na criação do vínculo, como demonstra a figura 5.

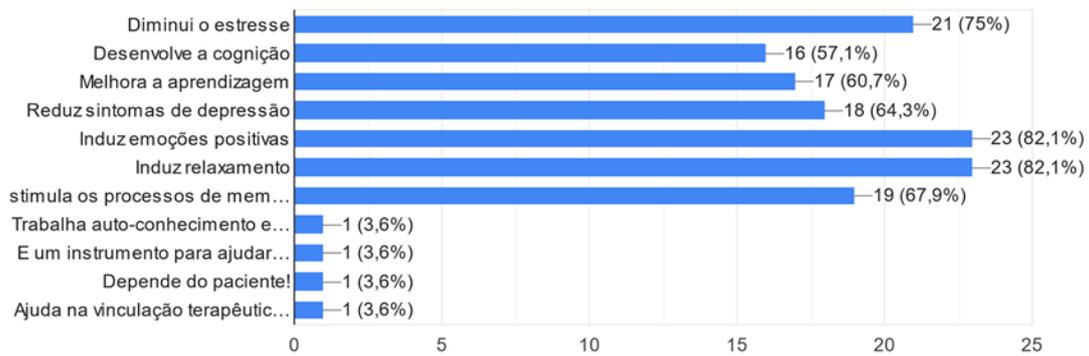


Figura 5: Benefícios da música na psicoterapia
Fonte: Autores (2021)

Ao final do questionário a última pergunta realizada foi uma questão objetiva que diz respeito a saber se o voluntário tem curiosidade de conhecer mais sobre o assunto. Dos 64 participantes da pesquisa, 63 deram respostas positivas, representando 98%, como podemos identificar no gráfico 1.

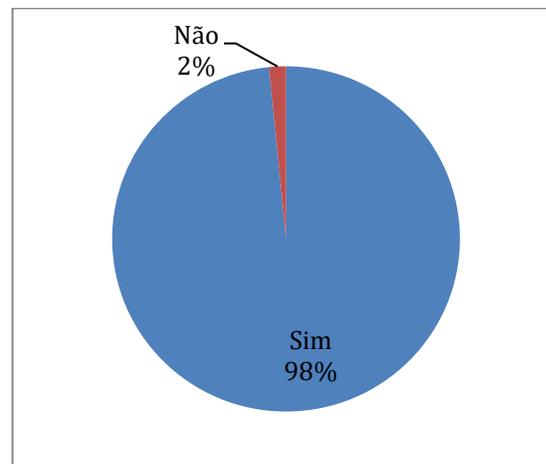


Gráfico 1: interesse em conhecer mais sobre o assunto
Fonte: Autores (2021)

Como observado no gráfico anterior apenas um dos voluntários (2%) não demonstrou interesse em conhecer mais sobre a ferramenta. A curiosidade dos voluntários pode se estabelecer por se tratar de um recurso simples, com um custo baixo, de fácil acesso e que pode ser trabalhado de diferentes formas e traz vários benefícios para o paciente como apresentado no decorrer da pesquisa.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os resultados da pesquisa, pôde-se constatar alguns benefícios que a música proporciona ao indivíduo que necessita de uma intervenção psicoterapêutica. Contudo,

foi possível observar que apesar dos diversos pontos positivos oferecidos por esta ferramenta, ainda existe uma carência de profissionais que utilizam da mesma, confirmando a hipótese levantada que havia uma necessidade da música ser explorada e difundida na psicoterapia.

Ademais benefícios ao paciente, é possível verificar vantagens para o psicólogo em diferentes áreas de atuação, abordagens e públicos. Pois de acordo com a pesquisa além de desenvolver o processo de psicoterapia com o paciente também é uma ferramenta que facilita a criação do vínculo terapêutico. E a mesma pode ser empregada de diversas formas, seja através do ouvir, cantar ou compor, podendo ser aplicada de maneira individual ou em grupo. Sendo assim, uma ferramenta de fácil acesso e de baixo custo, que surge como recurso psicoterapêutico.

Levando em conta a escassez de material teórico somado ao resultado da pesquisa com poucas respostas positivas perante o uso da música na psicoterapia, foi notado que é um recurso que necessita ser estudado pelos psicólogos e, conseqüentemente, sugere-se para estudos posteriores uma investigação complementar de cunho qualitativo, para poder analisar como essa nova ferramenta vem sendo explorada com objetivo de estabelecer um comparativo entre os resultados e a frequência de utilização da mesma.

Essa pesquisa contribui para os psicólogos como uma apresentação dos benefícios reais da música na psicoterapia oferecendo subsídios de melhorias no quadro do paciente. Em termos acadêmicos, espera-se que contribua para os estudos teóricos sobre o assunto, despertando a curiosidade do profissional que carece de novas ferramentas para obter resultados na psicoterapia. Visto que de acordo com a pesquisa é um recurso que vem surgindo no mercado e ainda não é muito discutido, sendo assim uma ferramenta pouco utilizada, mas que desperta interesse ao público destinado.

6. REFERÊNCIAS

ANDRADE JÚNIOR, H. **Eficácia terapêutica da música:** um olhar transdisciplinar de saúde para equipes, pacientes e acompanhantes. Revista Enfermagem UERJ, v. 26, 2018. 06 p.

Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/29155>. Acesso em: 16 jun. 2021.

AREIAS, J. C. **A música, a saúde e o bem estar.** Nascer e crescer, revista de pediatria do centro hospitalar do porto, v25, n.1, 2016. 01-04 p. Disponível em:

<https://docero.com.br/doc/s00sc50>. Acesso em: 25 fev. 2021.

BAPTISTA, M. N.; CAMPOS, D. C. **Metodologias de Pesquisa em Ciências:** análises quantitativa e qualitativa. 2ª ed. Rio de Janeiro: LTC, 2016. 103-230 p.

BENETTI, I. C.; GISARD, E.; DA SILVA, L. M. **A percepção do professor sobre os efeitos da música no comportamento dos alunos.** Estudos e pesquisas em psicologia, v.14, 2014. 474-496 p. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812014000200006.

Acesso em: 15 jun. 2021.

CHIQUETO, M. R.; ARALDI, J. **Música na Educação Básica: Uma experiência com sons alternativos.** Programa de Desenvolvimento Educacional-PDE, 2008. 03-06 p. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/2269-8.pdf>. Acesso em: 25 fev. 2021.

CONSELHO, F. P. **CFP**, 2021. Tabela do número de psicólogos registrados de acordo com o sexo. Disponível em:

<http://www2.cfp.org.br/infografico/quantos-somos/>. Acesso em: 15 jun. 2021.

CORDIOLI, A. V. (org). **Psicoterapias: abordagens atuais.** Porto Alegre: Artmed, 2008. 20-39 p.

COSTA, C. R. B. S. F.; SANTOS, M. M.; FRANCO, K. S.; BRITO, A. O. **Música e transformação no contexto da medida socioeducativa de internação.** Psicologia: Ciência e Profissão, v.31 n.4, 2011, 840-855 p. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pcp/a/JPzXtzzyyQyLPfXbkT6KvXmM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 16 jun. 2021.

DAMASCENO, E. L.; DA SILVA JÚNIOR, E. X. **A música como instrumento de intervenção psicopedagógica em crianças com transtorno do espectro autista.** Cadernos de Cultura e Ciência, v. 17, n. 2, p. 13-24, 2019. Disponível em:

http://periodicos.urca.br/ojs/index.php/cadernos/article/view/1655/pdf_1. Acesso em: 23 fev. 2021.

DA LUZ, L. T. Musicoterapia com idosos institucionalizados na melhoria de habilidades de comunicação. In: DREHER, S. C.; MAYER, G. C. T. (org). **A Clínica na Musicoterapia: avanços e perspectivas.** São Leopoldo: Faculdade EST, 2014. 21-33 p.

DO AMARAL FILHO, E. F.; RIBEIRO, J. C. P.; VIEIRA, M. M. R. **A música como ferramenta de promoção de saúde em casos de ansiedade.** Revista Transformar, v. 14, n. 1, 2020. 892-904 p. Disponível em:

<http://www.fsj.edu.br/transformar/index.php/transformar/article/view/313>. Acesso em: 24 fev. 2021.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica.** Fortaleza: UEC, 2002. 33 p.

FONSECA, K. C.; BARBOSA, M. A.; SILVA, D. G.; FONSECA, K. V.; SIQUEIRA, K. M.; SOUZA, M. A. **Credibilidade e efeitos da música como modalidade terapêutica em saúde.** Revista Eletrônica de Enfermagem, 2006. 398-403 p. Disponível em:

<https://revistas.ufg.br/fen/article/view/7078/5009>. Acesso em: 23 fev. 2021.

FRIZZO, N. S.; SOUZA, A. Z. C.; MULLER, A. P. W. C.; OZI, A. M. **Música como Recurso de Enfrentamento em Pacientes Oncológicos e Familiares.** Psicologia: Ciência e Profissão, v. 40, 2020. 01-15 p. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pcp/a/V7JvhdtxKKbrw6vXyxsBrRR/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 16 jun. 2021.

FUBINI, E. **Estética da música**. Lisboa: Edições 70, 2019. 11-12 p.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5ª ed. São Paulo: Atlas, 2010. 17-42 p.

JUNG, C. G. **A prática da psicoterapia**. 1ª ed. Petrópolis: Editora Vozes, 2011. 32-35 p.

MIRANDA, M. B. **A música e as emoções: os benefícios da educação musical amparados na neurociência**. Monografia (Licenciatura Plena em Educação Artística – Habilitação em Música), Instituto Villa-Lobos, Centro de Letras e Artes da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro-UNIRIO. Rio de Janeiro, 2013. 01-36 p. Disponível em: <http://www.domain.adm.br/dem/licenciatura/monografia/matheusmiranda.pdf>. Acesso em: 23 fev. 2021.

NOBRE, D. V.; LEITE, H. R.; ORSINI, M.; CORRÊA, C. L. **Respostas fisiológicas ao estímulo musical: revisão de literatura**. Rev Neurocienc, Paraná, 2012. 625-633 p. Disponível em: <http://www.revistaneurociencias.com.br/edicoes/2012/RN2004/revisao%2020%2004/694%20revisao.pdf>. Acesso em: 24 fev. 2021.

PIMENTEL, C. E.; DONNELLY, E. D. O. P. **A relação da preferência musical com os cinco grandes fatores da personalidade**. Psicologia: Ciência e Profissão, 2008. 696-713 p. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/s8mwS6r7NbB9m5dKQgGYhSc/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 20 set. 2020.

SALES, C. A.; SILVA, V. A.; PILGER, C.; MARCON, S. S. **A música na terminalidade humana: concepções dos familiares**. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 2011. 138-145 p. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reusp/a/Hr99KgZx3WmsgcDJ8Lw46PF/?lang=pt>. Acesso em: 24 fev. 2021.

SEEGER, A. **Etnografia da música**. Cadernos de Campo-São Paulo, 1991, v. 17, n. 17, 2008. 237-260 p. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/cadernosdecampo/article/view/47693/51431>. Acesso em: 22 set. 2020.

SIQUEIRA, J. L. D.; LAGO, A. M. C. V. **Coletivo da música: um estudo sobre relações entre arte e saúde mental**. Estudos Interdisciplinares em Psicologia, v.3, 2012. 93-111p. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072012000100007&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 14 jun. 2021.

SOUZA, V. L. T.; NEVES, M. A. P. **Psicologia Escolar no Ensino Médio Público: O rap como mediação**. Revista de Psicologia da IMED, v.11, 2019. 06-26 p. Disponível em: <https://seer.imed.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/2986/2151>. Acesso em: 15 jun. 2021.

TARRICONE, K. **A música na interface da aprendizagem.** Revista Internacional de Educación Preescolar e Infantil, v.1, n.2, 2016. 13-24 p. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/330857813_A_MUSICA_COMO_INSTRUMENTO_DE_INTERVENCAO_PSICOPEDAGOGICA_EM_CRIANCAS_COM_TRANSTORNO_DO_ESPECTRO_AUTISTA_MUSIC_AS_INSTRUMENT_OF_PSYCHOPEDAGOGICAL_INTERVENTION_IN_CHILDREN_WITH_AUTISTIC_SPECTRUM_DISORDE. Acesso em: 23 fev. 2021.

TINHORÃO, J. R. **História social da música popular brasileira.** São Paulo: Editora 34, 1998. 09-10 p.

ZANETTI, C. E. **O Acompanhamento Terapêutico no Hospital Geral: Música e Psicologia Aplicada à Saúde.** Revista SBPH, v11, n.1, 2008. 50-59 p. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582008000100005. Acesso em: 23 fev. 2021.

APÊNDICE A - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Nós, Professora Ma. Camilla Carneiro Silva Queija e os estudantes José Pedro Machado Rodrigues e Luís Hernane Batista Souza Silva de graduação do Centro Universitário UNA-Catalão, convidamos você psicólogo ou estagiário em psicologia a participar de uma pesquisa intitulada “Os benefícios da música na psicoterapia: os psicólogos utilizam esse recurso?”. A pesquisa tem por foco, investigar o uso da música como recurso terapêutico, apresentando os seus benefícios tanto para os pacientes quanto para os psicólogos que poderão incluir este recurso nas suas práticas e conseqüentemente ter resultados mais positivos e rápidos, bem como investigar se é uma prática usada na psicoterapia.

1. O objetivo desta pesquisa é identificar e apresentar os benefícios da música no processo de psicoterapia, quantificando a utilização desse recurso.

2. Para sua participação nesta pesquisa, será necessário responder o questionário.

3. Ao participar desta pesquisa, poderá ocorrer algum desconforto, principalmente relacionado a cansaço.

4. Alguns riscos relacionados ao estudo podem ser quebra de sigilo e fraude. Os riscos serão minimizados da seguinte maneira. Os dados da pesquisa serão manipulados de forma segura para impedir que haja quebra de sigilo e estes não vão ser divulgados com o nome dos participantes para manter o anonimato de nossos participantes. Procurando prevenir riscos de fraudes, iremos analisar o CRP e número de matrícula daqueles que responderem a pesquisa, para minimizar os riscos de fraude.

5. Os benefícios esperados com essa pesquisa são proporcionar conhecimento desse recurso terapêutico aos estagiários e psicólogos. Possibilitando novas ferramentas que serão utilizadas de maneira positiva na vida dos pacientes., embora nem sempre você seja diretamente beneficiado por sua participação neste estudo.

6. Os pesquisadores José Pedro Machado Rodrigues e Luís Hernane Batista Souza Silva responsáveis por este estudo poderão ser localizados pelo e-mail pedromachado.jp@gmail.com e luishernanebatista@gmail.com e/ou telefone (64) 99243-6023 e (64) 98401-5998, no horário 08:00 às 17:00 para esclarecer eventuais dúvidas que você como participante possa ter e fornecer-lhe as informações que desejar, antes, durante ou depois de encerrado o estudo, caso haja necessidade poderá entrar em contato com a professora Ma. Camilla Carneiro Silva Queija através do e-mail camilla.queija@prof.una.br ou pelo telefone (64) 99934 3424.

7. A sua participação neste estudo é voluntária e se você não quiser mais fazer parte da pesquisa poderá desistir a qualquer momento e solicitar que lhe devolvam este Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado.

8. As informações relacionadas ao estudo poderão ser conhecidas por pessoas autorizadas professora/orientadora Ma. Camilla Carneiro Silva Queija. No entanto, se qualquer informação for divulgada em relatório ou publicação, isto será feito sob forma codificada, para que a sua identidade seja preservada e mantida sua confidencialidade.

9. O material obtido – questionário – será utilizado unicamente para essa pesquisa e será destruído (incinerado) ao término do estudo, dentro de 5 anos.

10. Para preservar sua identidade, quando os resultados forem publicados, não aparecerá seu nome, e sim um código.

11. Após a pesquisa se desenvolver o armazenamento do material utilizado será na clínica escola de psicologia da Faculdade Una. Declaramos que essa pesquisa, assim como os dados coletados, foi prevista e autorizada pelo Comitê de Ética da Una CAAE: 46818921.3.0000.5098.

12. Se você tiver dúvidas sobre seus direitos como participante de pesquisa, você pode contatar também:

Endereço: Rua Guajajaras, 175 Bairro: Centro CEP: 30180-100 Cidade: Belo Horizonte
Estado: Minas Gerais

E-mail: cephumanos@una.br

Para baixar este TCLE em formato PDF clique no link abaixo:

<https://docs.google.com/uc?export=download&id=1TBDhYyW4JmWVcr6Hr5bmwyfW3saSn-Ku>

APÊNDICE B - Questionário da Pesquisa

Você leu o termo e concorda em participar da pesquisa?

- Sim
- Não

1- Nome Completo

2- Sexo

- Feminino
- Masculino
- Prefiro não responder

3- Faixa etária

- 18 ou menos
- 19 a 29
- 30 a 39
- 40 a 49
- 50 ou mais

4- Cidade/Estado em que reside:

5- Qual sua ocupação?

- Psicólogo (a)
- Estagiário em Psicologia

6- Número do CRP (Psicólogo) ou Número de matrícula e faculdade (Estagiário):

7- Atuou nos últimos 5 anos?

- Sim
- Não

8- Qual sua abordagem:

- Cognitiva Comportamental
- Psicanálise
- Humanista
- Behaviorismo
- Gestalt terapia
- Psicoterapia Corporal (Reich)
- Outra...

8- Qual sua abordagem?

- Cognitiva Comportamental
- Psicanálise
- Humanista
- Behaviorismo
- Gestalt terapia
- Psicoterapia Corporal (Reich)
- Outra...

9- Você já utilizou da música como recurso na psicoterapia?

- Sim
- Não

Caso tenha respondido "Não" à pergunta de número 9, passe para a pergunta de número 15.

10- Em qual(is) tipo(s) de psicoterapia(s) você utilizou a música? (pode marcar mais de uma alternativa)

- Individual
- Grupo

11- Em qual(is) público(s) utilizou a música? (pode marcar mais de uma alternativa)

- Criança
- Adolescente
- Jovens
- Adultos
- Idosos

12- Em qual(is) área(s) de sua atuação você utilizou a música? (pode marcar mais de uma alternativa)

- Clínica
- Escolar
- Hospitalar
- Jurídica
- Psicologia do Esporte
- Social
- Organizacional
- Neuropsicológica
- Outra...

13- Em qual(is) desse(s) transtorno(s) a música foi eficaz? (pode marcar mais de uma alternativa)

- Transtorno de ansiedade generalizada

- Transtorno de Pânico
- Depressão
- Esquizofrenia
- Transtornos alimentares
- Transtorno de estresse pós traumático
- Transtorno bipolar
- Transtorno obsessivo-compulsivo
- Outro...

14- Qual(is) benefício(s) a música traz para o paciente? (pode marcar mais de uma alternativa)

- Diminui o estresse
- Desenvolve a cognição
- Melhora a aprendizagem
- Reduz sintomas de depressão
- Induz emoções positivas
- Induz relaxamento
- Estimula os processos de memórias
- Outro...

15- Tem interesse em conhecer mais sobre este assunto?

- Sim
- Não

ANEXO A - Parecer do Comitê de Ética da Una

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNA / MG 

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: OS BENEFÍCIOS DA MÚSICA NA PSICOTERAPIA: OS PSICÓLOGOS UTILIZAM ESSE RECURSO?

Pesquisador: Camilla Cameiro Silva Queija

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 46818921.3.0000.5098

Instituição Proponente: Centro Universitário UNA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.760.831

Apresentação do Projeto:

As informações elencadas nos campos "Apresentação do Projeto", "Objetivo da Pesquisa" e "Avaliação dos Riscos e Benefícios" foram retirados do arquivo Informações Básicas da Pesquisa (PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO 1671182) e/ou do Projeto Detalhado "OS BENEFÍCIOS DA MÚSICA NA PSICOTERAPIA: OS PSICÓLOGOS UTILIZAM ESSE RECURSO?" (12/05/2021).

Apresentação do projeto: O projeto parte do princípio que a música seria um benefício nas intervenções psicológicas. Sendo a música uma arte subjetiva, presente em diferentes contextos das pessoas graças aos seus inúmeros recursos e facilidade de acesso, esse projeto terá o objetivo de estudar e mostrar os benefícios da música dentro do contexto de psicoterapia, onde esta é um procedimento científico que busca fazer um tratamento com o sujeito que tem um sofrimento psíquico que se manifesta em uma área de sua vida. Posteriormente, será feita uma pesquisa quantitativa, através de um questionário virtual, com psicólogos e estudantes de psicologia, cujo objetivo será coletar dados para mostrar o quão usada é a música em psicoterapias. Os dados serão tratados para mostrar que há uma escassez do uso desse recurso por parte dos psicólogos e estagiários e isto irá provar que há uma necessidade de ampliar a divulgação e os estudos sobre tal recurso, onde este pode vir para somar e trazer benefícios e variedades aos diversos tipos de psicoterapias existentes.

Endereço: Rua dos Guajajaras, 175
Bairro: Centro **CEP:** 30.180-100
UF: MG **Município:** BELO HORIZONTE
Telefone: (31)3508-9123 **E-mail:** cephumanos@una.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNA
/ MG



Continuação do Parecer: 4.760.831

Hipótese: A música traz impactos positivos para a melhora do paciente, contudo é um recurso pouco utilizado.

Crítérios de inclusão: Ser estagiário de psicologia ou psicólogo atuante nos últimos 5 anos.

Crítério de Exclusão: Não preencher todo o questionário ou negar preencher o mesmo.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário: Identificar e apresentar os benefícios da música no processo de psicoterapia, quantificando a utilização desse recurso

Secundário: Apresentar os benefícios da música na psicoterapia; Investigar o uso da música como recurso na psicoterapia; Avaliar a eficácia desse processo; Analisar a frequência da utilização dessa técnica.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Vide campo "Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações"

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Vide campo "Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações"

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Vide campo "Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações"

Recomendações:

Vide campo "Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações"

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Após a análise deste CEP, decidiu-se pela aprovação do projeto, visto que a pendência foi resolvida (anexar o currículo lattes da pesquisadora).

Considerações Finais a critério do CEP:

Ressalta-se que cabe ao pesquisador responsável encaminhar os relatórios parciais e final da pesquisa, por meio da Plataforma Brasil, via notificação do tipo "relatório" para que sejam devidamente apreciadas no CEP, conforme Norma Operacional CNS nº 001/13, item XI.2.d.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
----------------	---------	----------	-------	----------

Endereço: Rua dos Guajaras, 175

Bairro: Centro

CEP: 30.180-100

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3508-9123

E-mail: cephumanos@una.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO UNA
/ MG**



Continuação do Parecer: 4.760.831

Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1671182.pdf	29/05/2021 13:07:26		Aceito
Outros	CurriculumlattesCamilla.pdf	29/05/2021 13:06:37	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	12/05/2021 19:32:35	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito
Declaração de concordância	Concordancia.pdf	15/04/2021 00:07:05	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito
Outros	Termoimagemevoz.doc	15/04/2021 00:04:21	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito
Outros	Questionario.docx	15/04/2021 00:01:25	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito
Orçamento	Orcamento.docx	15/04/2021 00:00:11	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito
Declaração de Pesquisadores	TermodCumprimento.pdf	14/04/2021 23:57:34	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito
Cronograma	Cronograma.docx	14/04/2021 23:56:56	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.docx	14/04/2021 23:55:22	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito
Folha de Rosto	Folhaderosto1.pdf	13/01/2021 14:46:48	Camilla Cameiro Silva Queija	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

BELO HORIZONTE, 08 de Junho de 2021

Assinado por:
Daniela Quadros de Azevedo
(Coordenador(a))

Endereço: Rua dos Guajaras, 175
 Bairro: Centro CEP: 30.180-100
 UF: MG Município: BELO HORIZONTE
 Telefone: (31)3508-9123 E-mail: cephumanos@una.br