



PROJETO DE PESQUISA

Saúde Mental e Música.

RESUMO

O projeto de pesquisa Saúde “Mental e Música” objetiva investigar estas áreas separadamente e suas possíveis relações. Diante do crescente aumento de transtornos como ansiedade e depressão, agravados por fatores como a pandemia e as pressões da vida moderna. A música, reconhecida por seu poder de influenciar emoções e bem-estar, surge como uma ferramenta acessível e complementar aos tratamentos convencionais. O estudo visa explorar como diferentes gêneros e contextos musicais podem ser utilizados de forma estratégica para promover benefícios à saúde mental, contribuindo para intervenções personalizadas e preventivas. Além disso, busca desestigmatizar os transtornos mentais, integrando práticas culturais e artísticas ao cuidado em saúde. A pesquisa justifica-se pela relevância social da música como recurso de baixo custo e amplo alcance, com potencial para melhorar a qualidade de vida e reduzir a carga global dos transtornos mentais..

Palavras-Chave: Trajetória profissional – Racismo estrutural – Equidade racial – Mercado de trabalho – Produtividade organizacional.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental tem se tornado uma preocupação global, com o aumento significativo de transtornos como ansiedade, depressão e estresse, agravados por fatores como a pandemia de COVID-19, as pressões da vida moderna e a desconexão social. Diante desse cenário, é urgente buscar abordagens inovadoras e complementares aos tratamentos convencionais para promover o bem-estar emocional e psicológico. Nesse contexto, a música emerge como uma ferramenta poderosa e acessível, com potencial



para impactar positivamente a saúde mental (MORAES, 1991).

A música é uma expressão universal presente em todas as culturas, capaz de evocar emoções, memórias e sensações. Estudos preliminares já indicam que a música pode reduzir os níveis de cortisol (hormônio do estresse), melhorar o humor, facilitar a expressão emocional e até auxiliar no tratamento de transtornos mentais. No entanto, ainda há lacunas no entendimento de como diferentes gêneros musicais, ritmos e contextos de escuta podem ser utilizados de forma estratégica para promover benefícios específicos à saúde mental (SILVA, 2018).

Este grupo de pesquisa busca explorar estudos sobre saúde mental e música, separadamente, bem como a relação entre saúde mental e música, investigando como a música pode ser utilizada como recurso terapêutico e preventivo. A proposta é identificar padrões e mecanismos que possam embasar intervenções musicais personalizadas, adaptadas às necessidades individuais ou coletivas. Além disso, o estudo visa contribuir para a desestigmatização dos transtornos mentais, mostrando como práticas culturais e artísticas, como a música, podem ser integradas ao cuidado em saúde.

A relevância social deste projeto é inegável, uma vez que a música é uma ferramenta de baixo custo, acessível e democrática, que pode ser utilizada em diferentes contextos, desde clínicas especializadas até comunidades carentes. Ao compreender melhor os efeitos da música na saúde mental, será possível desenvolver estratégias eficazes para melhorar a qualidade de vida de indivíduos e grupos, reduzindo a carga global dos transtornos mentais (KOLSCH, 2005).

Portanto, este projeto justifica-se pela necessidade de ampliar o conhecimento científico sobre a interseção entre saúde mental e música, oferecendo subsídios para práticas inovadoras e inclusivas no campo da saúde. Acreditamos que a música, como linguagem universal, tem o potencial de transformar vidas e promover um equilíbrio emocional mais saudável e sustentável.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Estudar as relações Saúde Mental e Música em diversas populações.



2.2 Objetivos Específicos

- Estudar processos de riscos e proteção à saúde mental de diversos grupos;
- Investigar o uso de música em diversos grupos e contextos;
- Descrever relações entre música e saúde mental em diversos grupos e contextos.

3 INSCRIÇÕES

Serão oferecidas nove vagas aos alunos do curso de Administração, Direito e Pedagogia, a partir do quarto período. Os Trabalhos de Conclusão de curso orientados pelo professor proponente deste projeto já estarão automaticamente incluídos no grupo. Os discentes candidatos serão selecionados por meio de entrevista realizada pelo Professor responsável pelo projeto de pesquisa, tendo a ordem de inscrição no projeto como critério de desempate. O projeto de pesquisa poderá contar com a participação de docentes, sem a necessidade de inscrição prévia.

4 METODOLOGIA E PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO

O projeto de pesquisa terá duração dois anos (quatro semestres), podendo ser estendido, conforme plano de trabalho do Professor Responsável. No primeiro semestre, serão desenvolvidas atividades de leituras das principais obras e estudos relacionados com a temática do projeto e início do processo de elaboração de artigos científicos. Como primeira entrega, todos os participantes deverão desenvolver, individualmente ou em grupos, estudos direcionados a produção de artigos científicos convergentes com o tema do grupo de pesquisa.

A partir do segundo semestre, os estudos serão estruturados com a inserção de elementos metodológicos, produção e análise de dados quantitativos e / ou qualitativos e submissão de artigos para publicação em periódicos nacionais classificados pelos Qualis (A ou B). Os artigos científicos desenvolvidos pelos alunos serão submetidos a revistas em coautoria com o Professor Responsável pelo projeto.

As reuniões ocorrerão semanalmente ou quinzenalmente, com duração de 1 hora, presencialmente na Faculdade Faceli ou de forma virtual na plataforma indicada pelo Professor Responsável. As exceções e eventualidades serão tratadas caso a caso. Para obtenção dos certificados de participação, os participantes deverão ter frequência



mínima de 75% nas reuniões do grupo de pesquisa. Por fim, os participantes terão direito a certificados de atividades complementares, vinculados à apresentação dos projetos de pesquisa (estudos), no primeiro semestre do projeto, e aos artigos completos e submetidos, a parti do segundo semestre do projeto. Adicionalmente, os certificados também estão vinculados à participação dos alunos na Jornada Científica da FACELI, bem como apresentação dos trabalhos desenvolvidos.

5 CRONOGRAMA DO PROJETO

Meses / 2025	Atividade
agosto	Início das atividades de pesquisa (mediante aprovação do projeto). Seleção dos alunos para participarem do grupo de pesquisa. Apresentação dos objetivos do grupo de pesquisa para os alunos selecionados. Organização dos integrantes do grupo de pesquisa para iniciar os estudos da literatura especializada da temática do grupo de pesquisa.
setembro	Estudo dos componentes metodológicos para inserção nos artigos científicos.
outubro	Preparação e apresentação de trabalhos na Jornada Científica da FACELI 2025.
novembro	Processo de submissão de trabalhos em revistas científicas, encontros ou congressos.
dezembro	Planejamento das atividades do próximo ano (2026). Apresentação do relatório parcial do grupo de pesquisa.



6 REFERÊNCIAS

- KOLSCH, S. As neurociências e a música: da percepção à performance. The New York Academy of Sciences, v. 1060, ed. 1, New York, 2005.
- MORAES, J. J. de. O que é música. 7ª edição. São Paulo: Ed. Brasiliense, 1991.
- SILVA, Julliany Rakell. A Importância Da Musicalização No Processo De Ensino Aprendizagem do Indivíduo Na Educação Infantil. 2018. 21 folhas. Trabalho de Conclusão de Curso Graduação em Pedagogia– Faculdade Anhanguera, Valparaíso de Goiás, 2018.