

A INFLUÊNCIA DA MÚSICA NO TRATAMENTO DA PESSOA COM TRANSTORNOS MENTAIS

Verônica Araújo dos Santos¹, Delvani Gonçalves dos Santos², Luciane Aparecida Barbosa dos Santos³, Luiz Faustino dos Santos Maia⁴

¹Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: nica.rh@hotmail.com; ²Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: delvani2110@hotmail.com; ³Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: lucianebarbosa.santos@gmail.com; ⁴Enfermeiro. Jornalista. Escritor. Editor Científico. Mestre em Terapia Intensiva e Ciências da Saúde. Docente na Faculdade Estácio de Carapicuíba e Coordenador do Curso de Enfermagem. Membro da Comissão de Instrução de Processos Ético do COREN-SP. Membro da Associação Brasileira de Pesquisadores Negros (ABPN). E-mail: dr.luizmaia@yahoo.com.br

Introdução: A música está presente desde o princípio da humanidade e sua utilização como alternativa terapêutica se iniciou em Michigan, nos Estados Unidos, no curso uma pesquisa que desejava encontrar evidências sobre a sua influência nos procedimentos terapêuticos. Nesse sentido, a música é uma possibilidade de terapia que relaciona melodias, instrumentos e composição musical às vivências específicas do indivíduo de modo a promover a melhora do quadro clínico do paciente, trazendo benefícios na capacidade motora, cognitiva e psíquica, além de favorecer as memórias de longo e curto prazo. **Objetivo:** Considerar a importância dos sons, ritmos e melodias que podem funcionar como atividade terapêutica para pessoas com transtornos mentais. **Material e Método:** Trata-se de uma revisão da literatura, utilizando artigos publicados no período de 2015 a 2023, disponíveis na íntegra e em língua portuguesa. **Resultados e Discussão:** A influência da música traz como benefícios na terapia mais uma ferramenta complementar para ajudar nos tratamentos de transtornos mentais, ofertando possibilidades de atuação. Primeiramente, pode ser utilizada como forma de expressão emocional. Isso é útil principalmente para pacientes com dificuldades em se expressar verbalmente, permitindo-lhes liberar emoções e sentimentos. A depressão, por exemplo, é um transtorno que apresenta inúmeros agentes como acontecimento pessoais e estresse crônico afetando a saúde mental e física de um indivíduo. Dessa maneira, a música reduz esses sintomas recorrentes, reabilitando o indivíduo em aspectos físicos, mentais, emocionais além de proporcionar o relaxamento e sensação bem-estar. No entanto, a música não é uma forma de tratamento autônomo para tratamentos mentais, com isso, é importante oferecer aos pacientes que possuem transtornos mentais um tratamento adequado diante de cada diagnóstico. Auxiliando no tratamento de pacientes com diagnóstico de esquizofrenia ela pode atuar positivamente no humor e comportamento através do funcionamento cognitivo. A música pode ser utilizada como uma forma complementar para ajudar na terapia, mas não deve ser vista como um substituto para o tratamento médico ou psicológico. **Conclusão:** A relevância da música para o bem-estar vai muito além do ritmo e melodia, ela é fundamental para o equilíbrio da saúde mental pois minimiza danos cerebrais, físicos e emocionais. Sua ação sobre o paciente abrange respostas sensoriais, hormonais, fisio motoras e psicológicas, tratando não só a doença, mas o indivíduo como ser humano. Os estudos sobre os benefícios dos impactos da música na saúde mental são recentes e ainda há necessidade de maior aprofundamento. **Contribuições para a Saúde:** A música pode ser utilizada como uma forma de terapia complementar para as pessoas com transtornos mentais, juntamente com outras formas de tratamento, como psicoterapia e medicamentos. É um tratamento de baixo custo, o que o torna acessível para a população de baixa renda.

Palavras-chave: Música, Musicoterapia, Saúde Mental, Transtornos Mentais.