

# **A INFLUÊNCIA DA MÚSICA NO CÉREBRO: CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA PARA A SAÚDE MENTAL**

Renan Luís Ribeiro Martins<sup>1</sup>; Neuzeli Aparecida Da Silva<sup>2</sup>.

**DOI: 10.47094/IIICOLUBRASMU.2026/RS/16**

## **RESUMO**

**Introdução:** A música acompanha a humanidade desde os primeiros agrupamentos sociais, desempenhando funções relacionadas à comunicação, à expressão das emoções, aos rituais culturais e à construção das relações interpessoais. Além de seu valor artístico e cultural, estudos científicos demonstram que a experiência musical exerce influência significativa sobre o funcionamento cerebral, participando de processos relacionados à memória, atenção, linguagem, aprendizagem, motivação e regulação emocional. Os avanços das pesquisas em Psicologia, Neurociências e Musicoterapia ampliaram a compreensão dos mecanismos pelos quais a música modifica a atividade cerebral, evidenciando seu potencial como recurso complementar na promoção da saúde mental e da qualidade de vida. **Objetivo:** Analisar a influência da música sobre o funcionamento cerebral e suas contribuições para a saúde mental, discutindo seus efeitos nos processos cognitivos, emocionais e comportamentais. **Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de natureza básica, com objetivos exploratório e descritivo, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica da literatura. Foram analisadas publicações científicas nacionais e internacionais relacionadas à Psicologia, Neurociências e Musicoterapia, priorizando estudos recentes que investigaram os efeitos da música sobre o cérebro humano e sua aplicação em contextos clínicos, educacionais e terapêuticos. **Resultados:** Os estudos evidenciaram que a música estimula diferentes regiões cerebrais responsáveis pelo processamento das emoções, memória, atenção, linguagem, coordenação motora e sistema de recompensa, favorecendo a liberação de neurotransmissores associados ao prazer, à motivação e ao bem-estar. Também foram identificadas evidências de que sua utilização contribui para a redução da ansiedade, do estresse e dos sintomas depressivos, além de favorecer o desempenho cognitivo, fortalecer a interação social e auxiliar no enfrentamento de diferentes condições clínicas. **Considerações finais:** Constatou-se que a música representa um importante recurso terapêutico capaz de influenciar positivamente o funcionamento cerebral, promovendo equilíbrio emocional, estimulação cognitiva e benefícios à saúde mental. A ampliação das pesquisas nessa área poderá fortalecer intervenções baseadas em evidências e favorecer práticas psicológicas cada vez mais integradas aos conhecimentos produzidos pelas Neurociências e pela Musicoterapia.

**PALAVRAS-CHAVE:** Neuropsicologia. Emoções. Musicoterapia.