

UNIÃO DAS INSTITUIÇÕES DE SERVIÇOS, ENSINO E PESQUISA - UNISEPE
FACULDADE PERUÍBE - FPbe
CURSO ENFERMAGEM

**MUSICOTERAPIA RELACIONADA A PACIENTES COM DEPRESSÃO E
ANSIEDADE**

KAIQUE OLIVEIRA ADVENTO

PERUÍBE - SP
2021

KAIQUE OLIVEIRA ADVENTO

**MUSICOTERAPIA RELACIONADA A PACIENTES COM DEPRESSÃO E
ANSIEDADE**

Trabalho de Conclusão de Curso em formato de Artigo apresentada à Faculdade Peruíbe – FPbe como exigência parcial para a obtenção do título de Graduação no Curso de Bacharel em Enfermagem, sob a orientação da Professora Caroline Ribeiro Louro e Coordenação do Profº Andréia Salvador Baptista.

PERUÍBE- SP
2021

~~621.18~~ Advento, Kaique Oliveira.

~~G198a~~ Musicoterapia relacionada a pacientes com depressão e ansiedade/
Kaique Oliveira Advento. –

Ano de conclusão, 2021.

114 f.

Orientador: Prof^a. Ma. Caroline Ribeiro Louro

Coorientador Prof^a. Dra. Andreia Salvador Baptosta

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Faculdade Peruíbe,
Curso de Enfermagem, Peruíbe, 2021.

1. Palavra- chave. 2. Palavra- chave. 3. Palavra- chave. 4. Palavra-
chave. 5. Palavra- chave. I. Louro, Caroline Ribeiro. II. Título

KAIQUE OLIVEIRA ADVENTO

**MUSICOTERAPIA RELACIONADA A PACIENTES COM DEPRESSÃO E
ANSIEDADE**

Trabalho de conclusão de curso aprovado como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel no curso de Enfermagem da Faculdade Peruíbe - FPbe, pela seguinte banca examinadora:

Coordenador do Curso de Enfermagem

Andréia Salvador Baptista

Banca Examinadora

Professora Orientadora: Caroline Ribeiro Louro

Professora Examinadora: XXXXXXXXXXXXX

Professora Examinadora: XXXXXXXXXXXXX

Peruíbe, XX de XXXXXXX de 2021.

TERMO DE ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE

Declaro para todos os fins de direito, que assumo total responsabilidade pelo aporte ideológico e técnico conferido ao presente trabalho, isentando integralmente a União das Instituições de Serviços, Ensino e Pesquisa – UNISEPE, a Faculdade Peruíbe – FPbe, a Coordenação do Curso de Enfermagem, a Banca Examinadora e a Orientadora de toda e qualquer responsabilidade acerca do mesmo.

Peruíbe/SP, **xxxx** de **xxxxx** de 2021.

KAIQUE OLIVEIRA ADVENTO

RESUMO

Introdução: A musicoterapia é uma técnica que estuda as reações do indivíduo diante de estímulos sonoro-musicais com a finalidade de facilitar a comunicação, estimular a relação, aprendizagem, expressão, tudo isso com a finalidade de promoção de sua saúde mental, social e cognitiva e teve como **Objetivo:** verificar se a musicoterapia apresenta efeitos benéficos na redução da ansiedade e da depressão em pacientes que convivem com estas patologias o **Método:** de estudo foi desenvolvido através de uma revisão bibliográfica de natureza descritiva, realizada nos meses de março a setembro de 2021. As bases de dados foram Lilacs, Scielo, Bvsalud, Google Acadêmico, revistas online de diversas faculdades do território brasileiro e sites governamentais, considerando o período dos últimos 6 anos e escolhidos por apresentarem bases históricas conceituais para o tema desta pesquisa. **Discussão dos resultados:** A musicoterapia é uma ferramenta muito importante ao se lidar com pacientes crianças oncológicos, visto que esses pacientes expressam sentimentos de tristeza, medo e a saudade dos seus familiares durante todo processo de hospitalização. A música com todos seus efeitos benéficos proporciona um acolhimento, provoca sensações de prazer, relaxamento corporal, bem estar, traz memórias reconfortantes que proporcionam uma melhora na qualidade de vida e a expressão dos sentimentos dessas crianças. **Conclusão:** A musicoterapia ainda com todos seus benefícios que conhecemos, ainda tem muito a nos mostrar e nos oferecer. Hoje em dia a música é usada de diferentes formas, em diferentes pessoas com diferentes patologias, e tudo direcionado á melhora da qualidade de vida da pessoa/cliente, criando um vínculo de amizade melhor, fortalecendo laços e criando um lugar mais agradável e de descontração, proporcionando momentos incríveis, alegres e que ficarão na memória para sempre.

Palavras-Chave: Musicoterapia, Ansiedade, Depressão, Musica, Qualidade de vida, Conforto.

ABSTRACT

Data de submissão:

Data de aprovação:

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 OBJETIVO	10
3 MÉTODO	10
4 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	10
CONSIDERAÇÕES FINAIS	14
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:	16

1 INTRODUÇÃO

A musicoterapia é uma técnica que estuda as reações do indivíduo diante de estímulos sonoro-musicais com a finalidade de facilitar a comunicação, estimular a relação, aprendizagem e expressão, tudo isso com a finalidade de promoção da saúde mental, social e cognitiva (ARAUJO et al, 2016).

No Brasil a musicoterapia apareceu em meados dos anos 1950, porém os primeiros cursos profissionais ligados a esta área começaram somente nos anos de 1970 (NASCIMENTO, 2019).

A musicoterapia consiste então, em técnicas, cujo paciente se sente mais confortável com o estilo musical ou o instrumento, assim, elabora-se uma ficha com preferências musicais e instrumentais. As sessões da musicoterapia visam a promoção da saúde do paciente e o reestabelecimento de sua segurança (NETO, PEREIRA, 2021).

A terapia tem sido muito utilizada por enfermeiros, visto que a música leva conforto, prazer, estimula a comunicação interpessoal, visando um trabalho mais humanizado, em qualquer ambiente de saúde e ela faz parte das diretrizes do programa nacional de humanização (PNHAH) (SILVA et al, 2021).

Os benefícios se estendem também as gestantes. Segundo a literatura a música diminui a ansiedade e também provoca uma alteração benéfica nos padrões vitais de mulheres grávidas (PEREIRA et al, 2021).

A música, ao ser ouvida, oferece diversos estímulos sonoros que tocam diretamente em partes ligadas à sensibilidade do corpo, ocorrendo diretamente em todas as células na qual o som interage, liberando assim sensibilidade tátil, auditiva e visual. (Fórum estadual de musicoterapia, 2014).

A musicoterapia se destaca largamente entre as pesquisas justamente por seus efeitos benéficos. Grande parte desses efeitos acontecem com pacientes em coma e com os próprios profissionais que trabalham no âmbito hospitalar (LIMA et al, 2021).

Estudos recentes descobriram que a terapia também pode diminuir a frequência cardíaca, reduzir a pressão arterial, aliviar o estresse e proporcionar um relaxamento corporal, auxiliando na redução de sentimento de tristeza e ansiedade (PEREIRA et al, 2021).

Nos Estados Unidos da América (EUA), um estudo feito com vítimas de enfermidades dor crônica, demonstrou ser um tratamento eficaz, podendo então dar uma melhor qualidade de vida a esses pacientes (NEMES, CRISTINA, 2018).

De acordo com a literatura, ao realizarem estudos com crianças com autismo, a musicoterapia se mostrou muito eficiente, pois a prática da musicoterapia leva justamente a promoção da atenção conjunta, reciprocidade, imitação e comunicação; características associadas ao desenvolvimento de linguagem e de competências sociais que são os maiores problemas de crianças autistas (ANJOS et al, 2017).

Partindo desta explanação, este trabalho levanta o seguinte questionamento: será que a musicoterapia auxilia no tratamento e redução de ansiedade e depressão?

Com base neste questionamento, este trabalho busca subsídios dentro das práticas integrativas de saúde, saúde mental, humanização em saúde, entre outros, observar, por meio de revisão de caráter bibliográfico, se a musicoterapia apresenta efeitos benéficos na redução da ansiedade e da depressão em pacientes que convivem com essas patologias.

2 OBJETIVO

O objetivo deste trabalho é verificar se a musicoterapia apresenta efeitos benéficos na redução da ansiedade e da depressão em pacientes que convivem com essas patologias.

3 MÉTODO

O estudo foi desenvolvido através de uma revisão bibliográfica de natureza descritiva, realizada nos meses de março a setembro de 2021. As bases de dados foram Lilacs, Scielo, Bvsalud, revistas online de diversas faculdades do território brasileiro e sites governamentais, considerando o período dos últimos 20 anos. Foram encontrados 59 artigos e 29 foram os escolhidos por apresentarem relação com o objetivo do trabalho. Foram utilizados os descritores: Musicoterapia. Ansiedade. Depressão. Humanização.

4 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A musicoterapia abrange uma grande área de pesquisas com o intuito de promoção da saúde através da música. A literatura mostra que desde os primórdios da criação a música já era utilizada como um tipo de terapia, mas somente em 1950 o Brasil começou a ter experiências com essa técnica (FERREIRA, 2017).

A música também é uma forma de comunicação e expressão, podendo despertar sentimentos e ações mais subjetivas e inconscientes. Quando o indivíduo escuta uma música de seu agrado, ela pode influenciar com que ele faça algo que não faria, caso a música não estivesse tocando naquele momento (PEREIRA et al, 2019).

O tipo de música e instrumento utilizado pode influenciar na terapêutica. Um estudo realizado observou que ao usar saxofone ou outro tipo de instrumento que causa vibração, o corpo recebe uma forma de "massagem" interna com as ondas vibracionais emitidas desses instrumentos (BEATRIZ FELIPI NUNES, 2020).

O paciente pode experimentar sensações e emoções em diferentes estados de acordo com os sons emitidos por instrumentos de percussão, sopro ou corda (RIBEIRO, CORREA, 2016).

Quanto ao estilo musical, a literatura mostra que o *rock* proporciona alterações significativas no humor, estresse, cansaço e hostilidade. Já a música clássica permite relaxamento, sensação de conforto, clareza mental e vigor (CRUZ, 2021).

Após anos de testes e pesquisas feitas, revelou-se que a música tem uma vasta área de envolvimento no corpo humano, direta e indiretamente, afetando a memória, tato, humor, proporcionando relaxamento corporal e equilíbrio e melhorando a comunicação e o aprendizado em crianças autistas, por exemplo. (ANJOS et al, 2017).

Estudos feitos com crianças autistas, mostram que a música teve ação justamente nas piores características do autismo, fazendo assim uma promoção na cognição, comunicação, aprendizagem, mímica e reciprocidade (ANJOS et al, 2017).

Outro estudo realizado em pacientes com esclerose múltipla identificou resultados positivos nas funções cognitivas, motoras e na saúde mental quando aplicadas atividades práticas com música como audição rítmica, tocar instrumentos musicais, dança e terapia neurofuncional baseada na música (LOPES, JOSIANE, 2021).

O depressivo consiste em sempre estar em tristeza profunda, com incapacidade de se auto cuidar e também apresenta distúrbios no sono. Muitas das vezes a depressão e a ansiedade andam juntas (IROLDI, et al, 2020)

A ansiedade e a depressão também estão em foco nas pesquisas para tratamento através da musicoterapia. A ansiedade generalizada é um tipo de ansiedade em que a pessoa sente uma preocupação excessiva e persistente, acompanhada de sintomas físicos como a hiperatividade, tensão muscular, inquietação ou sensação de estar no limite, cansar-se facilmente, dificuldade de concentração, fobia social, fobias específicas, pânico e irritabilidade. Essa patologia pode apresentar junção frequente com depressão e outros transtornos de ansiedade, gerando mais estresse para o organismo (ZUARDI, ANTONIO W, 2017).

O estresse é o resultado do organismo em resposta a estímulos que representam de alguma forma perigo. Ele também pode aparecer em circunstâncias súbitas (MATOSO, 2018).

A redução do estresse de profissionais de saúde é de extrema importância, visto que um profissional estressado pode não trabalhar adequadamente e até causar erros durante técnicas e procedimentos (MATOSO, 2018).

A musicoterapia como tratamento para prevenção de estresse vem se mostrando muito eficaz. Logo que a musicalização foi instalada no âmbito hospitalar, houve uma diminuição excelente nos níveis de estresse dos profissionais, visto que a música leva à humanização hospitalar, deixando o lugar mais alegre e descontraído (MATOSO, 2018).

Outro potencial que a musicoterapia apresenta é o efeito ansiolítico, podendo ser usado como tratamento complementar e, dependendo do grau de ansiedade, como tratamento alternativo ao uso de fármacos (BRANDÃO et al,2021).

Um estudo realizado com pacientes ansiosos mostrou que a música clássica de Antônio Vivaldi - *Four Seasons "Spring"* possibilitou a diminuição da pressão arterial, pulsação e frequência cardíaca, demonstrando a eficácia da musicoterapia como possível medida de tratamento na ansiedade (BRANDÃO et al,2021).

Outro estudo feito com 40 crianças entre 5 a 11 anos, identificou que a música é uma boa escolha no tratamento de ansiedade, quando mensurado o nível de ansiedade antes e após a aplicação da musicoterapia no pré-operatório odontológico (TSHISWAKA, PINHEIRO, 2020).

Esse mesmo estudo mostrou que fármacos ansiolíticos, como por exemplo o Midazolan, tem efeitos colaterais, ao contrário da música, que por sua vez é altamente benéfica a esses pacientes (TSHISWAKA, PINHEIRO, 2020).

A literatura também aponta que a música tem um efeito benéfico na moderação da dor, no alívio da tristeza, uso de agentes anestésicos, opióides e não opióides, diminuição da pressão arterial e relaxamento corporal (NEMES, CRISTINA, 2018).

Outra patologia que vem sendo estudada à luz da musicoterapia é a depressão. Caracterizada por ser uma doença em que a pessoa sente uma profunda tristeza, causando indisposição para realizar tarefas diárias, apatia, cansaço, fadiga, entre outros (RAMOS et al, 2019).

A *World Health Organization* estima que aproximadamente 350 milhões de pessoas sofrem de depressão ao redor do mundo todo, sendo a principal causa de incapacitação (SILVA, PELIZZARI, LINARTEVICHI, 2019).

Quando se fala de patologia em idosos, a depressão é um dos maiores destaques, pois ao envelhecer alguns perdem sua autonomia, ficando menos ativos e conseqüentemente declinando na qualidade de vida do paciente, podendo ocasionar um afastamento social (LIMA et al, 2016).

A musicoterapia como técnica de reabilitação e atividade terapêutica apresenta efeitos positivos em idosos. Ela estimula a comunicação entre o público idoso e profissionais, ajuda no desenvolvimento do sistema musculoesquelético, na motricidade e o equilíbrio, auxiliando no controle de prevenção de quedas, além de deixar o lugar mais humanizado (ARAUJO et al, 2016).

Ao estudar a musicoterapia em pacientes com doença de Alzheimer (DA), notou-se benefícios na recuperação dos mesmos, visto que a música melhora as funções cognitivas, social e mental, proporcionando melhora significativa na qualidade de vida de pacientes com DA (FERREIRA et al, 2020).

Um estudo realizado com 23 pacientes com depressão e doença renal crônica (DRC), mostrou que a musicoterapia também tem efeitos benéficos nesse caso. A qualidade de vida desses pacientes aumentou drasticamente, proporcionando uma melhora significativa em seu estado mental, cognitivo, social e alívio dos sintomas de depressão (HAGEMANN, MARTIN, NEME, 2019).

Outro estudo também realizado com pacientes renais crônicos, conduzido por estudantes e professores da área de medicina e pesquisadores com conhecimentos em violão, vocalização, teclado, violino e escaleta, relatou a diminuição da dor e tensão e percepção do tempo 'acelerada' nesses pacientes (FERRINI, MOURA, 2021).

Segundo Miranda et al, 2021, a utilização da música em crianças tem maior taxa de benefícios se comparado ao adulto. Na pediatria oncológica, a musicoterapia é uma ferramenta muito importante, visto que esses pacientes expressam sentimento de tristeza, medo e a saudade dos seus familiares durante todo processo de hospitalização (FRANCO et al, 2021).

A música com todos seus efeitos benéficos proporciona acolhimento, provoca sensações de prazer, relaxamento corporal, bem-estar, traz memórias reconfortantes que favorecem uma melhora na qualidade de vida e a expressão dos sentimentos dessas crianças (FRANCO et al, 2021).

Em gestantes, a prática da musicoterapia é altamente benéfica e utilizada diariamente por muitos enfermeiros no âmbito hospitalar. A música usada como terapia em gestantes proporciona diminuição da ansiedade, dores corporais e pressão arterial, proporcionando também relaxamento corporal e promovendo um parto mais humanizado (PEREIRA et al, 2021).

A musicoterapia se destaca também na reabilitação de pacientes em coma. O paciente é estimulado pelas ondas vibracionais a captar estímulos sonoros musicais, melhorando assim o quadro clínico e parâmetros vitais, como frequência cardíaca (FC), pressão arterial (PA), alívio de dores e diminuição do estresse hospitalar (LIMA et al, 2021).

A literatura aponta que após a musicalização em ambiente hospitalar, pacientes relataram melhora na relação com os profissionais de saúde, aumento da autoestima, autocuidado e confiança, colocando a música como um elemento terapêutico (DIAS et al, 2019).

Ao pensar em humanização no contexto da saúde, a música com todos seus benefícios pode trazer lembranças confortáveis e prazerosas a todos os envolvidos, tornando um ambiente muito mais humanizado, não só para os pacientes, mas também para os profissionais de saúde (FREITAS, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao analisar o ponto de encontro entre os conteúdos da revisão bibliográfica realizada, foi possível identificar que a musicoterapia possui um grande potencial terapêutico em pacientes com diferentes tipos de patologias, direcionando para

melhor qualidade de vida, relaxamento, diminuição da dor, redução da ansiedade, descontração e melhora na relação do paciente com o profissional de saúde.

A música, como terapia, apresenta diversos benefícios, auxiliando idosos, crianças, pacientes oncológicos, indivíduos ansiosos, depressivos, entre outros. Ela proporciona melhora na comunicação, sensação de relaxamento mental, diminuição da pressão arterial e do estresse.

Além desses benefícios a música também proporciona uma humanização no local de trabalho e no atendimento da área da saúde, deixando o ambiente mais alegre e descontraído.

Cabe salientar que enfermeiros são profissionais com amplas possibilidades de acesso aos indivíduos e recursos terapêuticos, possibilitando utilizar, por exemplo, a música como recurso para promoção de bem-estar e saúde, entendendo o paciente de forma holística e provendo assim, uma melhora na humanização entre os profissionais e clientes.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Ludgleydson Fernandes. Et al. **Revista Kairós Gerontologia**, 19(Número Especial 22, “Envelhecimento e Velhice”), pp. 191-205. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP

NASCIMENTO, *Lázaro Castro Silva*. **Revista InCantare** | Curitiba | v. 11 | n. 2 | p. 1-144 | jul./dez. | 2019 | ISSN 2317-417X |

SOUZA, Julio Cesar Pinto; NETO, Carlos Justino Ferreira; PEREIRA, Josenira Catique. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.3, p. 10432-10445 may./jun. 2021.

PEREIRA, Ana Carolina Almeida. Et al. **Revista baiana de enfermagem** (2021); 35:e38825

Fórum Estadual de Musicoterapia (19:2014: Rio de Janeiro, RJ) Anais do XIX Fórum Estadual de Musicoterapia: A Musicoterapia nas etapas da vida, 3 a 5 de abril, Rio de Janeiro, RJ. -- Rio de Janeiro: AMTRJ: CBM-CEU, 2014.

Disponível <<http://www.amtrj.com.br/wp-content/uploads/2021/04/XIX-forum-completo-ISBN.pdf#page=61>>

LIMA, *Julie Gutemberg Franco*. Et al. **Brazilian Journal of Development**, ISSN: 2525 -8761, 28055, Brazilian Journal of Development, Curitiba, v.7, n.3, p.28054-28056, mar:2021

NEMES, Maria Cristina; SOUZA Liliane M. F. Oliveira L. | **Revista InCantare** | Curitiba | v. 9 | n. 1 | p. 1-108 | jan./jun. | 2018 | ISSN 2317-417X |

ANJOS, Alexandre Gonzaga dos et al . Musicoterapia como estratégia de intervenção psicológica com crianças: uma revisão da literatura Music therapy as a psychological intervention strategy with children: a literature review. **Gerais, Rev. Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte , v. 10, n. 2, p. 228-238, dez. 2017 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202017000200008&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 15 ago. 2021.

COSTA, Rodney Querino Ferreira; SILVA, Nelson Pedro. **Pro-Posições** | Campinas, SP | V. 30 | e20160143 | 2019

LOPES, Josiane; KEPPERS, Ivo Ilvan. Terapia baseada na música na reabilitação de indivíduos com esclerose múltipla: **revisão sistemática de ensaios clínicos**. *Junho, 2021*

ZUARDI, antonio w. Características básicas do transtorno de ansiedade generalizada, *Medicina (Ribeirão Preto, Online.)* 2017;50(Supl. 1),jan-fev.: 51-5

MATOSO, Leonardo Magela Lopes. **O efeito da musicoterapia organizacional na redução do nível de estresse de profissionais da saúde de um hospital público.** Dissertação, 145 páginas, 19 jun 2018.

FRANCO, Julia Helena Machado. Et al. **Escola Anna Nery** 25(5)2021.

BRANDÃO, Danielle Barbosa Ribeiro. Et al. **Rev. ESFERA ACADÊMICA HUMANAS**, vol. 5, nº 1, ano 2020

TSHISWAKA, Serge Kalongo; PINHEIRO, Sérgio Luiz. Avaliação do impacto da música como redutor de ansiedade no atendimento odontológico de crianças. RGO, **Rev Gaúch Odontol.** 2020;68:e20200033

FERREIRA, Maria Fonseca Soares. Et al. **Revista Brasileira de Musicoterapia** -Ano XXII nº28 ANO 2020

LIMA, *Julie Gutemberg Franco.* Et al. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.7, n.3, p. 28054-28056 mar 2021

MIRANDA, Dálet Moura. Et al. **Rev Bras Interdiscip Saúde** [Internet]. 2021; 3(2):15-21.

BARCELOS, Vagner Marins. Et al. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, 12(4):1054-9, abr., 2018

FREITAS, FRANCISCO BRUNO QUEIRÓS DE; RODRIGUES, NEWLENE MARIA NUNES MAGALHÃES. MUSICOTERAPIA: ESTRATÉGIA DE HUMANIZAÇÃO NA ASSISTÊNCIA DE RECÉM-NASCIDOS PREMATUROS EM UMA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA NEONATAL CEARENSE. **Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC)**, [S.l.], v. 7, nov. 2020. ISSN 2446-6042. Disponível em: <<http://publicacoesacademicas.unicatolicaquixada.edu.br/index.php/eedic/article/view/4234>>. Acesso em: 14 Aug. 2021.

MELO, Anna Karynne; SIEBRA, Adolfo Jesiel; MOREIRA, virginia. **Psicologia: Ciência e Profissão** Jan/Mar. 2017 v. 37 nº1, 18-34.

LIMA, Ana Maraysa Peixoto et al. Depressão em idosos: uma revisão sistemática da literatura. **Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção**, Santa Cruz do Sul, v. 6, n. 2, abr. 2016. ISSN 2238-3360.

FONSECA, Ana; CANAVARRO, Maria Cristina. **PROPSICO: Programa de atualização em Psicologia Clínica e da Saúde – Ciclo 1**, Porto Alegre, 2017, 36p.

FERRINI, L. de P.; MOURA, R. de C. dos R. Musicoterapia durante a Hemodiálise: Uma Revisão de Literatura : . **Revista Neurociências**, [S. l.], v. 29, p. 1–19, 2021. DOI: 10.34024/rnc.2021.v29.11533. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/11533>. Acesso em: 05 set. 2021.

MAIA, Berta Rodrigues, & DIAS, Paulo César. (2020). **Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19**. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 37, e200067.

FONSECA, Ana; CANAVARRO, Maria Cristina. DEPRESSÃO PÓS-PARTO. Repositório científico da UC, Porto Alegre, ano 2017, 15 dez. 2017. PROPSICO: Programa de atualização em Psicologia Clínica e da Saúde – Ciclo 1, p. 111-164. Disponível em: <https://estudogeral.uc.pt/handle/10316/45085?mode=full>. Acesso em: 25 set. 2021.

ROCHA, Pérsida Gomes De Souza et al.. Uso da musicoterapia como ferramenta de promoção da saúde no processo de envelhecimento: relato de experiência. Anais CONGREPICS... Campina Grande: Realize Editora, 2017. Disponível em: <<https://www.editorarealize.com.br/index.php/artigo/visualizar/32043>>. Acesso em: 25/09/2021

SILVA, Thaira Virgínia de Carvalho. Et al. Aplicabilidade da musicoterapia no contexto da criança hospitalizada: sob a ótica da enfermagem v. 12 n. 2 (2021): Revista **Pró-UniverSUS** Edição Especial - Dossiê Temático Sentidos do fazer em Enfermagem

IROLDI, Grazielle Ferreira. et al. Original Article • **J. bras. psiquiatr.** 69 (4) • 2020