

DOI: 10.35621/23587490.v9.n1.p960-975

## A MUSICOTERAPIA COMO ESTRATÉGIA NO MANEJO SINTOMATOLÓGICO DA ANSIEDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

MUSIC THERAPY AS A STRATEGY IN THE SYMPTOMATOLOGICAL MANAGEMENT OF ANXIETY: A SYSTEMATIC REVIEW OF THE LITERATURE

José Ivanildo Paulino Da Silva Júnior<sup>1</sup>

Byanca Eugênia Duarte Silva<sup>2</sup>

Hilana Maria Braga Fernandes Abreu<sup>3</sup>

Maria Aparecida Ferreira Menezes Suassuna<sup>4</sup>

**RESUMO: OBJETIVO:** o presente estudo objetivou investigar como a musicoterapia pode ser trabalhada como estratégia para manejo sintomatológico da ansiedade. Para isso, inicialmente é necessário que se compreenda que a ansiedade e o medo são condições intrínsecas do ser humano, e a principal função da ansiedade é preparar os sujeitos para algum evento desconhecido, potencialmente perigoso ou ameaçador que venha a acontecer em suas vidas. A partir disso, é fundamental que se saiba que o entrelaçamento da musicoterapia com a psicoterapia pode ser uma junção saudável para diversos tratamentos psíquicos e principalmente em condições ansiogênicas e de estresse de forma ampla. **MÉTODO:** o estudo trata-se de uma pesquisa de natureza básica, com objetivo descritivo, de caráter qualitativo, tendo como procedimento metodológico a pesquisa bibliográfica baseada na Revisão Sistemática da Literatura. Para a construção desse estudo, foram utilizadas as seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed e LILACS, nas quais foram utilizados os descritores: “ansiedade”; “música”; “musicoterapia”, combinadas entre si com uso dos operadores booleanos “AND” e “OR”, sendo estabelecida a seguinte combinação, “ansiedade” AND “música” OR “musicoterapia”. Como critérios de inclusão foram considerados estudos publicados entre 2017 e 2021 em qualquer idioma que estudem a utilização da musicoterapia como intervenção para a redução sintomatológica de ansiedade e que estejam publicados em texto completo. Foram excluídos artigos de revisão, artigos repetidos e artigos que não apresentem a aplicação da intervenção da musicoterapia em pacientes com ansiedade. A partir da

<sup>1</sup> Graduando do curso de Psicologia da UNISM, Cajazeiras, PB, Brasil.

<sup>2</sup> Docente do curso de Psicologia da UNISM, Cajazeiras, PB, Brasil.

<sup>3</sup> Docente do curso de Psicologia da UNISM, Cajazeiras, PB, Brasil.

<sup>4</sup> Docente do curso de Psicologia da UNISM, Cajazeiras, PB, Brasil.

coleta dos dados, foi realizada uma análise de conteúdo dos artigos selecionados em busca de atingir os objetivos mencionados nessa pesquisa. **RESULTADOS:** os resultados apontam que a maioria dos estudos obteve resultados positivos com relação ao assunto estudado, pois oito dos doze artigos selecionados apresentaram diferenças significativas estatisticamente em seus resultados e nos outros quatro artigos que não obtiveram resultados significativos, ainda foi realizada análise detalhada dos sinais vitais em que possibilitam compreender resultados positivos como um relaxamento fisiológico. **CONCLUSÃO:** assim, espera-se que futuramente sejam realizados mais estudos investigativos do fenômeno aqui trabalhado, por profissionais da saúde mental, no intuito de responder com maior propriedade às questões psíquicas envolvidas na relação da música e da ansiedade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ansiedade; Música; Musicoterapia.

**ABSTRACT: OBJECTIVE:** The present study has the objective of investigating how music therapy can be used as a strategy for symptomatic management of anxiety. For this, initially it is necessary to understand that anxiety and fear are intrinsic conditions of the human being, and the main function of anxiety is to prepare subjects for some unknown, potentially dangerous or threatening event that may happen in their lives. From this, it is essential to know that the intertwining of music therapy with psychotherapy can be a healthy junction for various psychic treatments and especially in anxiogenic and stress conditions in a broad way. **METHOD:** the study is a research of a basic nature, with a descriptive objective, of a qualitative nature, having as a methodological procedure the bibliographic research based on the Systematic Review of Literature. For the construction of this study, the following databases were used: Scientific Electronic Library Online (Scielo), PubMed and LILACS, in which the *descriptors were used: “anxiety”; “song”; “music therapy”, combined with the use of the Boolean operators “AND” and “OR”, being established the following combination, “anxiety” AND “music” OR “music therapy”. As inclusion criteria, studies published between 2017 and 2021 in any language that study the use of music therapy as an intervention for the symptomatic reduction of anxiety and that are published in full text were considered. Review articles, repeated articles and articles that did not present the application of music therapy intervention in patients with anxiety were excluded. From the data collection, a content analysis of the selected articles was carried out in order to achieve the objectives mentioned in this research. **RESULTS:** the results indicate that most studies obtained positive results regarding the subject studied, as eight of the 12 selected articles showed statistically significant differences in their results and in the other four articles that did not obtain significant results, a detailed analysis of the signs was still performed. vital in which they make it possible to understand positive results such as physiological relaxation. **CONCLUSION:** thus, it is expected that, in the future, more investigative studies will be carried out on the phenomenon studied here, by mental health professionals, in order to respond more properly to the psychic issues involved in the relationship between music and anxiety.*

**Keywords:** Anxiety; Music; Music therapy.