

COLÉGIO SÃO LUÍS

**ENSINO MÉDIO
CURSO DE METODOLOGIA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA**

CAMILA ROSSI ROS

**A influência da música na regulação emocional e no bem-estar psicológico de
crianças e adolescentes com neurodivergência**

**São Paulo
2025**

CAMILA ROSSI ROS

A influência da música na regulação emocional e no bem-estar psicológico de crianças e adolescentes com neurodivergência

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito de aprovação em “Metodologia de Iniciação Científica”, na 2ª série do EMI do Colégio São Luís.

Orientador: Prof. Me. Graziano Costa

São Paulo
2025

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho às crianças e adolescentes com algum grau de neurodivergência, que enxergam o mundo com uma sensibilidade única e nos ensinam, todos os dias, novas formas de compreender o ser humano. Que cada som, cada ritmo e cada nota musical possam ser caminhos de expressão, descoberta e bem-estar.

Dedico também aos pais e familiares que, com amor, paciência e esperança, buscam sempre o melhor para seus filhos. Que este estudo possa mostrar que existem alternativas seguras, sensíveis e eficazes para promover qualidade de vida, desenvolvimento emocional e alegria — lembrando-nos de que cada criança tem seu próprio compasso, e toda forma de evolução merece ser celebrada.

AGRADECIMENTO

Agradeço, antes de tudo, aos meus pais e à minha família, que sempre estiveram ao meu lado, apoiando-me incondicionalmente em cada passo desta caminhada. O amor, o incentivo e a confiança que sempre depositaram em mim foram fundamentais para que eu chegasse até aqui. Sem vocês, nada disso seria possível.

Meu mais sincero agradecimento ao professor e orientador Graziano Costa, por toda paciência, dedicação e apoio constante — mesmo nos momentos de cansaço e incerteza. Sua orientação foi essencial não apenas para a construção deste trabalho, mas também para o meu crescimento acadêmico e pessoal.

Estendo minha gratidão aos professores de música Renato e Michael, do Espaço Viola, por despertarem em mim um novo olhar sobre a música e sua capacidade transformadora. Foram suas aulas, conversas e inspirações que me fizeram perceber o poder da música como ferramenta de expressão, conexão e bem-estar.

Agradeço também a todos os professores e colegas que, de alguma forma, contribuíram com palavras de incentivo, conselhos e gestos de amizade ao longo dessa jornada. Cada um deixou uma marca importante no meu processo de aprendizado e superação.

E, por fim, agradeço a todos que acreditam no potencial humano, na força do conhecimento e no poder da música de transformar vidas. A cada pessoa que me apoiou, torceu por mim ou simplesmente me ouviu quando precisei — meu sincero e eterno obrigada.

*A música expressa o que não pode ser dito em palavras,
mas não pode permanecer em silêncio*

Victor Hugo

RESUMO

Este Trabalho de Conclusão de Curso tem como objetivo analisar a influência da música na regulação emocional e no bem-estar psicológico de crianças e adolescentes com neurodivergência, especialmente aqueles diagnosticados com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). A pesquisa foi desenvolvida a partir de uma abordagem mista, de caráter qualitativo e quantitativo, integrando revisão bibliográfica, entrevistas semiestruturadas com dois professores de música e a aplicação de um questionário on-line respondido por 36 estudantes. Os resultados evidenciam que a música exerce influência positiva sobre os aspectos emocionais, cognitivos e sociais dos participantes, atuando como mediadora da autorregulação e promotora de bem-estar psicológico. Verificou-se que a prática musical contribui para o aumento da concentração, a redução da ansiedade e o fortalecimento da autoestima, além de favorecer a socialização e a inclusão de estudantes neurodivergentes em diferentes contextos educativos.

Palavras-chave: Música; Neurodivergência; Regulação Emocional; Bem-Estar Psicológico; Inclusão.

ABSTRACT

This undergraduate thesis aims to analyze the influence of music on the emotional regulation and psychological well-being of neurodivergent children and adolescents, particularly those diagnosed with Autism Spectrum Disorder (ASD) and Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). The research was conducted using a mixed-method approach, combining qualitative and quantitative procedures through a literature review, semi-structured interviews with two music teachers, and an online questionnaire answered by 36 students. The results indicate that music has a positive influence on the emotional, cognitive, and social aspects of the participants, acting as a mediator of self-regulation and a promoter of psychological well-being. It was found that musical practice contributes to increased concentration, reduced anxiety, and strengthened self-esteem, as well as fostering socialization and inclusion of neurodivergent students in different educational contexts.

Keywords: Music; Neurodivergence; Emotional Regulation; Psychological Well-Being; Inclusion.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2. OBJETO.....	11
3. PROBLEMA.....	13
4. OBJETIVO GERAL.....	14
5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	14
6. HIPÓTESES.....	15
7. METODOLOGIA	15
7.1 Entrevista semiestruturada	16
7.2 Entrevista via Forms	16
CAPÍTULO 1 – A MÚSICA COMO FERRAMENTA DE REGULAÇÃO EMOCIONAL E DESENVOLVIMENTO COGNITIVO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES	17
CAPÍTULO 2 – CARACTERIZAÇÃO DOS SUJEITOS DA PESQUISA	23
2.1 Caracterização dos participantes	23
2.2 Local e procedimentos da coleta de dados	24
2.3 Aspectos observados na primeira entrevista	25
2.4 Aspectos observados na segunda entrevista	26
2.5 Considerações gerais da entrevista semiestruturada	27
2.6 Questionário via Forms	28
2.7 Considerações gerais sobre a entrevista via Forms.....	37
CAPÍTULO 3 – CAMINHOS METODOLÓGICOS DA PESQUISA: ENTRE A MÚSICA, A EMOÇÃO E A NEURODIVERGÊNCIA.....	38
3.1 Procedimentos Metodológicos	39
3.2 Contato e Sujeitos da Pesquisa	39
3.3 Fontes Documentais	40
3.4 Estratégias e Instrumentos	41
8 CONSIDERAÇÕES FINAIS	43
9 REFERÊNCIAS.....	46

1 INTRODUÇÃO

A música tem sido amplamente reconhecida como uma ferramenta terapêutica valiosa, capaz de promover a regulação emocional e o bem-estar psicológico em diversos contextos. Essa capacidade é, em parte, atribuída à sua influência na liberação de dopamina no cérebro, um neurotransmissor associado à recompensa e ao prazer, que pode elevar o ânimo, aumentar a sensação de felicidade e reduzir o estresse. No cenário de crianças e adolescentes com neurodivergências, como o Transtorno do Espectro Autista (TEA) e o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), a música age como um recurso promissor para o desenvolvimento de habilidades emocionais e sociais, como foi comprovado em uma meta-análise com oito ensaios clínicos aleatórios, onde havia 608 participantes com TEA, concluiu que a musicoterapia melhora significativamente as reações sociais em crianças com o transtorno (FANG et al., 2022).

Embora haja interesse e indícios iniciais dos benefícios da música para essa população, ainda há uma lacuna significativa na compreensão aprofundada de como a música pode, de fato, contribuir efetivamente para a regulação emocional e quais são os limites e possibilidades dessas intervenções no contexto clínico e/ou educacional. Então, qual é o real potencial da música como ferramenta de intervenção na regulação emocional e bem-estar psicológico de crianças e adolescentes neurodivergentes, considerando as particularidades de cada neurotipo e os desafios práticos de sua aplicação? Esta pergunta-problema guiará a presente pesquisa, que busca explorar a influência da música nesse público, destacando os principais conceitos e estudos que fundamentam essa relação.

Para fundamentar a análise da relação entre música, regulação emocional e neurodivergência, este trabalho dialogará com autores clássicos e contemporâneos de três áreas cruciais. Na neurociência e emoção, a compreensão dos mecanismos neurobiológicos subjacentes à resposta emocional é fundamental, e o trabalho de Joseph LeDoux, em "O Cérebro Emocional", oferece uma base sólida para entender a natureza e a origem das emoções, bem como a forma como o cérebro processa e responde a estímulos, incluindo os musicais.

Na psicologia do desenvolvimento e neurodiversidade, para contextualizar o desenvolvimento de crianças e adolescentes neurodivergentes, a perspectiva

histórico-cultural de Lev Vygotsky, presente em "A Formação Social da Mente", será essencial para analisar como as interações sociais e culturais influenciam o desenvolvimento cognitivo e emocional. Além disso, a visão de Temple Grandin, uma renomada especialista em autismo e defensora da neurodiversidade, oferecerá observações valiosas sobre as experiências sensoriais e cognitivas de indivíduos com TEA, fornecendo uma base para compreender como a música pode ser percebida e processada por essa população. Por fim, na musicoterapia, para aprofundar a compreensão da aplicação terapêutica da música, o conceito de musicoterapia será abordado a partir da obra de Kenneth Bruscia, em "Definindo Musicoterapia". Seus estudos são cruciais para delinear os princípios, métodos e objetivos da musicoterapia como uma disciplina formal e eficaz na promoção da saúde e bem-estar.

A regulação emocional é um processo complexo que envolve a capacidade de monitorar, avaliar e modificar as próprias reações emocionais em resposta a situações internas ou externas, impactando diretamente as interações sociais, o desempenho acadêmico e a qualidade de vida. O bem-estar psicológico, por sua vez, refere-se a um estado de equilíbrio e satisfação com a vida, englobando aspectos como autonomia, domínio do ambiente, crescimento pessoal, propósito na vida e relações positivas. Indivíduos com neurodivergências frequentemente enfrentam desafios adicionais na regulação emocional, tornando crucial a busca por intervenções eficazes e acessíveis. A musicoterapia, definida como o uso clínico e baseado em evidências de intervenções musicais para atingir objetivos individualizados dentro de um relacionamento terapêutico por um profissional credenciado, surge como uma alternativa promissora.

Diversos estudos têm investigado os efeitos da música e da musicoterapia nessa população. Por exemplo, uma revisão sistemática publicada no *Frontiers in Psychiatry* indicou que a musicoterapia pode aprimorar significativamente as habilidades de comunicação social e diminuir comportamentos estereotipados em crianças com TEA. Além disso, uma meta-análise (Ke et al. 2022) corrobora a eficácia da musicoterapia na melhoria das habilidades sociais em crianças com TEA, embora ressalte a necessidade de mais pesquisas para determinar a persistência desses benefícios a longo prazo, apontando uma importante lacuna a ser explorada. Essa divergência na duração dos efeitos sugere que os mecanismos de ação da musicoterapia podem variar e que a intervenção pode demandar continuidade para a consolidação dos ganhos. No contexto do TDAH, a musicoterapia também tem sido

apontada como uma estratégia com potencial. Um estudo de Kim et al. (2023), publicado no *Journal of Affective Disorders*, investigou os efeitos da musicoterapia na depressão em crianças e adolescentes com TDAH, revelando "efeitos neurofisiológicos e psicológicos positivos". Os resultados, que indicaram um aumento na secreção de serotonina e uma diminuição nos níveis de cortisol, oferecem observações valiosas sobre como a música pode modular o sistema nervoso, promovendo a capacidade de lidar com o estresse e favorecendo a regulação emocional. A eficácia da musicoterapia na regulação emocional pode ser atribuída a vários mecanismos neurofisiológicos, uma vez que a música modula a atividade do sistema nervoso autônomo, influenciando parâmetros como frequência cardíaca, pressão arterial e níveis hormonais.

Em síntese, a literatura existente sugere que a música e a musicoterapia desempenham um papel significativo na regulação emocional e no bem-estar psicológico de crianças e adolescentes com neurodivergências. Contudo, é importante aprofundar as pesquisas para compreender melhor os mecanismos envolvidos e desenvolver intervenções musicais mais eficazes e adaptadas às necessidades individuais desses jovens. A colaboração entre profissionais de saúde, educadores e musicoterapeutas é essencial para maximizar os benefícios da música como ferramenta terapêutica nesse contexto. Este trabalho buscará dialogar com os autores mencionados a partir de uma perspectiva qualitativa, com vistas a compreender os impactos da música em contextos reais de aplicação e aprofundar as complexidades das experiências individuais.

2. OBJETO

Esse trabalho tem como objeto de estudo a aplicação da música como ferramenta terapêutica e para impulsionar as interações, principalmente sociais, em crianças e adolescentes com neurodivergência, especialmente aquelas diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Este recorte específico surge da necessidade de aprofundar os estudos sobre formas alternativas e complementares de tratamento e acolhimento a indivíduos neurodivergentes, considerando suas especificidades emocionais, cognitivas e comportamentais.

A neurodivergência é um conceito que tem ganhado destaque nos últimos anos, especialmente em contextos educacionais e clínicos. Trata-se de uma visão que reconhece condições como TEA, TDAH, dislexia, entre outras, como variações naturais da neurobiologia humana, e não meramente como disfunções a serem corrigidas. Isso implica uma mudança de padrão no atendimento a essas crianças e adolescentes, exigindo abordagens que respeitem suas formas singulares de perceber, sentir e interagir com o mundo.

Dentro desse contexto, a música se apresenta como um meio privilegiado de comunicação, expressão e regulação emocional. Estudos apontam que a música ativa diversas áreas cerebrais relacionadas às emoções, à linguagem, à memória e à cognição, possibilitando interações mais ricas e espontâneas para indivíduos neuro divergentes. Segundo Thaut (2010), a estimulação musical tem efeitos diretos sobre o sistema nervoso central, favorecendo a neuroplasticidade e facilitando a organização do comportamento e das respostas emocionais.

A relevância do objeto também se evidencia no âmbito da inclusão escolar. Muitas escolas ainda enfrentam dificuldades para integrar crianças com TEA ou TDAH ao ambiente coletivo de forma efetiva e respeitosa. A música, quando incorporada a práticas pedagógicas e terapêuticas, pode funcionar como ponte entre o mundo interno da criança e o meio social, criando espaços de escuta, acolhimento e pertencimento. Para Gold et al. (2006), a musicoterapia é uma das intervenções não farmacológicas mais eficazes para promover a comunicação e a interação social em crianças com autismo.

Ademais, a escolha da faixa etária entre crianças e adolescentes se deve ao fato de que este período do desenvolvimento é especialmente crítico para a formação da identidade, da autoestima e da inteligência emocional. Intervenções nesse período tendem a ser mais eficazes e duradouras, podendo prevenir o agravamento de sintomas e dificuldades futuras. A adolescência, em especial, é um momento de intensa reorganização subjetiva, e o acesso a recursos expressivos como a música pode representar um diferencial no cuidado emocional.

Assim, o presente estudo tem como objeto não apenas o uso da música em si, mas seu papel como mediadora de processos emocionais em contextos de neurodiversidade. Trata-se de um olhar integrador, que considera o sujeito em sua totalidade, reconhecendo o poder da arte como instrumento de cura, expressão e conexão humana.

3. PROBLEMA

A partir do referencial teórico apresentado e do objeto delimitado, surgem questões fundamentais sobre a efetividade e os modos de aplicação da música como ferramenta de apoio emocional em crianças e adolescentes neuro divergentes. Apesar do crescente reconhecimento da musicoterapia e de outras práticas baseadas em estímulos sonoros e musicais, ainda existem lacunas significativas quanto à sistematização de seus benefícios, especialmente no campo do bem-estar psicológico e da regulação emocional.

O desafio reside em compreender como a música pode ser utilizada de forma prática e contextualizada para favorecer o desenvolvimento emocional desses indivíduos, respeitando suas singularidades e promovendo inclusão, autoestima e vínculo social. O uso da música enquanto ferramenta terapêutica e educacional ainda enfrenta barreiras estruturais, como a formação inadequada de profissionais, a escassez de políticas públicas voltadas à inclusão efetiva e a pouca integração entre as áreas da saúde, educação e cultura.

Além disso, observa-se uma carência de dados qualitativos e quantitativos que confirmem, de maneira robusta, os efeitos específicos da música na regulação emocional de crianças e adolescentes neuro divergentes. A subjetividade das experiências musicais, embora rica e profunda, torna complexa a mensuração dos seus resultados e exige metodologias específicas que articulem o científico ao sensível. Como operacionalizar essas práticas musicais no cotidiano de instituições escolares e clínicas? Como garantir que essas intervenções estejam alinhadas às necessidades individuais e culturais dos sujeitos?

Torna-se necessário, portanto, investigar quais elementos musicais (como ritmo, melodia, harmonia, letra ou improvisação) são mais eficazes na promoção da expressão emocional e do bem-estar psicológico. Também é importante compreender o papel da relação interpessoal no contexto da prática musical, seja com o terapeuta, com o professor ou com os colegas, e como essa interação influencia o desenvolvimento afetivo de crianças e adolescentes com TEA e TDAH.

Dessa forma, o presente trabalho pretende responder às seguintes perguntas de pesquisa:

- Como a música influencia a regulação emocional em crianças e adolescentes em geral? E em crianças com neuro divergências?

- De que maneira a prática musical pode promover o bem-estar psicológico desses indivíduos?
- Quais estratégias musicais são mais eficazes no atendimento de crianças e adolescentes com TEA e TDAH?
- Como a música pode atuar como ferramenta complementar às práticas pedagógicas e terapêuticas em contextos de inclusão escolar?
- Que tipo de impacto emocional e social pode ser observado em crianças e adolescentes neuro divergentes a partir de vivências musicais sistemáticas?
- Até que ponto a música pode ajudar crianças neuro divergentes a interagir melhor socialmente com as pessoas?

4. OBJETIVO GERAL

Investigar de que forma a música pode atuar como instrumento de regulação emocional e promoção do bem-estar psicológico em crianças e adolescentes neuro divergentes, e analisar como a música pode ajudá-los com interações sociais com foco nos diagnósticos de TEA e TDAH, analisando as estratégias musicais mais eficazes e suas possibilidades de aplicação em contextos educacionais e terapêuticos.

5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar os efeitos da música sobre a regulação emocional em crianças e adolescentes com TEA e TDAH;
- Analisar se com a música a criança conseguiu desenvolver algo que faça com que ela consiga interagir mais com os outros socialmente;
- Analisar práticas musicais que promovem o bem-estar psicológico e o fortalecimento da autoestima em contextos de neuro divergência;
- Avaliar os benefícios da música como estratégia complementar às abordagens pedagógicas e terapêuticas convencionais;
- Investigar como o vínculo interpessoal, mediado pela música, contribui para o desenvolvimento emocional e social desses sujeitos;

- Propor diretrizes para a utilização de recursos musicais em instituições escolares e clínicas, considerando as particularidades cognitivas e afetivas dos indivíduos neuro divergentes.

6. HIPÓTESES

- A música tem um impacto positivo na regulação emocional de crianças e adolescentes com TEA e TDAH, contribuindo para a diminuição de comportamentos disfuncionais e para o aumento da estabilidade afetiva.
- A prática musical, especialmente quando mediada por profissionais capacitados, promove o bem-estar psicológico, fortalecendo a autoestima, a identidade e o sentimento de pertencimento social em indivíduos neuro divergentes.
- A música pode ser um meio de comunicação
- Crianças com baixas interações sociais ao começarem a aprender música conseguem se soltar e aprender a se comunicar melhor através disso.
- A integração da música a práticas pedagógicas e terapêuticas contribui para a inclusão escolar, facilitando a comunicação, o desenvolvimento de habilidades socioemocionais e o engajamento dos alunos com neuro divergência.
- O vínculo interpessoal estabelecido em experiências musicais compartilhadas potencializa os efeitos terapêuticos da música, promovendo relações mais empáticas e colaborativas entre os participantes.

7. METODOLOGIA

A presente pesquisa utilizará a metodologia bibliográfica, baseada na análise e interpretação de obras de autores especializados em neurodivergência, com foco específico em crianças e adolescentes que se encontram nessa condição. O levantamento e estudo do material teórico serão fundamentados em contribuições de especialistas reconhecidos nas áreas da neuropsicopedagogia, psicologia do desenvolvimento, educação inclusiva e ciências da saúde, visando construir uma base sólida e atualizada de conhecimento. Essa abordagem permitirá compreender, a partir do referencial teórico, as especificidades do funcionamento neurodivergente e suas

implicações no contexto educacional e socioemocional, favorecendo uma análise crítica e embasada do tema investigado.

7.1 Entrevista semiestruturada

Serão conduzidas com professores de uma instituição de ensino musical, selecionados intencionalmente, com o intuito de explorar qualitativamente suas vivências com a música e suas percepções sobre os efeitos emocionais que ela exerce em crianças neurodivergentes.

7.2 Entrevista via Forms

A pesquisa realizada por meio do formulário online constitui uma das principais etapas metodológicas deste trabalho, tendo como objetivo coletar dados quantitativos e qualitativos sobre a relação entre música, emoções e bem-estar psicológico entre adolescentes. O instrumento, elaborado no Google Forms, foi composto por perguntas fechadas e abertas, permitindo tanto a análise estatística de tendências quanto a interpretação das percepções subjetivas dos participantes. Essa abordagem mista possibilitou compreender, de forma mais ampla, como a música é utilizada cotidianamente pelos jovens como recurso emocional e, ao mesmo tempo, avaliar seu potencial pedagógico e terapêutico no contexto escolar.

CAPÍTULO 1 – A MÚSICA COMO FERRAMENTA DE REGULAÇÃO EMOCIONAL E DESENVOLVIMENTO COGNITIVO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

A música é reconhecida por despertar emoções, inspirar e proporcionar prazer; entretanto, seus efeitos vão muito além da experiência sensorial. Segundo o relatório “Música em nossas mentes: O grande potencial da música para promover a saúde cerebral e o bem-estar mental”, publicado em 2020 pelo Conselho Global de Saúde Cerebral (GCBH, na sigla em inglês), há evidências de que a música pode exercer impactos significativos e positivos sobre a saúde cerebral (GCBH, 2020).

No mesmo ano, especialistas reunidos pelo GCBH avaliaram as evidências científicas disponíveis acerca da influência da música no funcionamento cerebral. A principal conclusão apontou que a música é capaz de ativar diversas regiões do cérebro de forma sincronizada e em tempo real, gerando efeitos benéficos tanto emocionais quanto cognitivos. Pessoas neurodivergentes frequentemente processam informações sensoriais, incluindo sons e música, de maneiras distintas das consideradas típicas. Compreender essas diferenças é fundamental para reconhecer como ferramentas como a musicoterapia podem ser especialmente eficazes nesse público.

O conceito de neurodivergência surgiu na década de 1990 para destacar que não existe um único padrão de funcionamento cerebral. Essa perspectiva valoriza as diferenças neurológicas como parte natural da diversidade humana, em vez de considerá-las falhas. Indivíduos neurodivergentes — como aqueles com autismo, TDAH, dislexia ou síndrome de Down — muitas vezes percebem e processam sons e estímulos de forma diferenciada, o que influencia diretamente a maneira como vivenciam a música.

A música exerce impacto profundo sobre o cérebro humano, ativando simultaneamente regiões responsáveis pela memória, linguagem, coordenação motora, emoções e raciocínio. Tal ativação favorece o desenvolvimento de habilidades cognitivas, melhora o humor, reduz o estresse e fortalece a comunicação e os vínculos sociais. Em cérebros neurodivergentes, essa estimulação pode ser ainda mais útil, pois contribui para a organização de informações sensoriais e promove formas alternativas de expressão.

Nesse contexto, a musicoterapia se destaca como prática estruturada que utiliza a música de maneira planejada e personalizada para alcançar objetivos terapêuticos específicos, como aprimorar habilidades sociais, facilitar a comunicação, desenvolver a coordenação motora e reduzir a ansiedade. A abordagem é adaptada a cada indivíduo, considerando suas particularidades e modos únicos de processamento.

Diversos métodos compõem a musicoterapia. A Eúritmia Dalcroze, por exemplo, utiliza o movimento corporal para trabalhar ritmo e coordenação; o método Kodály combina música com desenvolvimento motor e cognitivo; e a abordagem Nordoff-Robbins aposta na improvisação musical para incentivar a expressão pessoal. Todas essas técnicas têm em comum o foco na pessoa como protagonista do seu processo terapêutico.

Embora nem todos os cérebros respondam da mesma forma à música, há consenso crescente acerca de seu potencial terapêutico, especialmente para pessoas neurodivergentes. Nesse sentido, a musicoterapia representa uma ponte entre arte e ciência, promovendo bem-estar, desenvolvimento e inclusão.

Segundo o relatório “Música Diferente em Cérebros Neurodivergentes”, do Instituto de Neurociências, a música não apenas oferece prazer e entretenimento, mas também constitui uma ferramenta segura, acessível e eficaz para promover a saúde (INEUROCIÊNCIAS, 2020). Ouvir, tocar instrumentos ou compor melodias contribui para o bem-estar geral, ajuda no controle do estresse, favorece interações sociais, exerce impacto positivo sobre o sistema cardiovascular e imunológico e pode melhorar equilíbrio e coordenação motora, tudo isso sem efeitos colaterais conhecidos.

Tais benefícios são observáveis em indivíduos de diferentes faixas etárias e condições de saúde, desde crianças até idosos, tanto em pessoas saudáveis quanto em pacientes com comprometimentos neurológicos. De acordo com o GCBH, a música ativa simultaneamente áreas do cérebro responsáveis por funções como audição, movimento, atenção, linguagem, emoção, memória e raciocínio, promovendo integração cognitiva.

Na memória, por exemplo, a música evoca lembranças e sentimentos profundos; sua escuta auxilia na redução do estresse e contribui significativamente para a saúde mental. Atividades musicais em grupo — como tocar instrumentos, cantar ou dançar — favorecem o convívio social, fortalecem vínculos e combatem a solidão, fator importante para a manutenção da saúde cerebral. Aprender algo novo,

como cantar uma canção ou dominar um instrumento, desafia o cérebro e estimula habilidades cognitivas.

Outro aspecto relevante é a influência da música na melhoria da qualidade do sono, essencial para o funcionamento cerebral. Evidências científicas indicam, ainda, que a musicoterapia pode auxiliar no tratamento de doenças neurológicas, como o Parkinson, contribuindo para a melhora da fala e da locomoção dos pacientes. O canto, por sua vez, tem sido utilizado em terapias de recuperação pós-acidente vascular cerebral (AVC), auxiliando na reabilitação de funções ligadas à linguagem.

Apesar desses benefícios, o GCBH ressalta a necessidade de aprofundar pesquisas sobre como o cérebro processa a música e como aplicá-la com eficácia em contextos terapêuticos. Uma linha de investigação busca compreender de que forma a música pode apoiar memória e raciocínio em adultos durante o envelhecimento.

No presente trabalho, a metodologia adotada inclui análise bibliográfica, questionário online e entrevistas semiestruturadas. A análise bibliográfica contextualiza o papel da música como recurso para regulação emocional e bem-estar psicológico de crianças e adolescentes, com ênfase naqueles em condição de neurodivergência.

O interesse pela relação entre música e desenvolvimento humano não é recente, mas nas últimas décadas tem ganhado relevância nos campos da psicologia, neurociência e educação. Estudos indicam que a experiência musical não se limita a um aspecto estético ou recreativo, mas constitui um instrumento poderoso de mediação social, cognitiva e afetiva (LEVITIN, 2006). Compreender como a música atua na regulação emocional de crianças e adolescentes é fundamental para a construção de práticas pedagógicas e terapêuticas inclusivas.

Diversos autores apontam que a música desempenha papel central na formação emocional infantil, estimulando o desenvolvimento de habilidades cognitivas e socioafetivas. Levitin (2006, p. 87) destaca:

A música não apenas reflete estados emocionais, mas também os molda, transformando a forma como crianças e adolescentes percebem, compreendem e se relacionam com o mundo ao seu redor. Ela funciona como um regulador natural das emoções, capaz de reduzir a ansiedade, aumentar a motivação e favorecer processos de aprendizagem e socialização.

Estudos na área da educação musical indicam que o contato precoce com a música contribui para a formação de vínculos afetivos e para a estruturação da identidade emocional. Segundo Fernandes e Martins (2021, p. 5), no artigo *Benefícios da música no processo de alfabetização da criança*, os primeiros anos de vida são fundamentais para o desenvolvimento cognitivo e linguístico, sendo a música um recurso pedagógico valioso, promovendo percepção auditiva, movimento, memória, linguagem e evocação emocional.

Esses achados reforçam a ideia de que a música deve ser compreendida não apenas como recurso artístico, mas como mediador cognitivo e emocional. A dimensão afetiva revela-se crucial, pois a aprendizagem se estrutura de forma mais eficaz quando associada a estados emocionais positivos (DAMÁSIO, 2011).

Do ponto de vista neurocientífico, a música ativa áreas cerebrais relacionadas à memória, atenção e prazer, explicando seu efeito regulador do humor e do comportamento. Sacks (2007, p. 104) observa:

A música pode penetrar em regiões da mente que outras formas de linguagem não alcançam. Em crianças e adolescentes, especialmente, ela se mostra capaz de acalmar agitações, despertar memórias e organizar experiências emocionais fragmentadas.

Portanto, a música desempenha papel estruturante na regulação emocional infantil, sendo útil tanto em contextos pedagógicos quanto terapêuticos. Sua eficácia é ainda maior em crianças neurodivergentes, tema que será explorado no próximo eixo da análise.

Crianças e adolescentes neurodivergentes, especialmente aqueles com Transtorno do Espectro Autista (TEA) ou Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), processam estímulos sensoriais de maneira diferenciada, incluindo respostas à música. Grandin (2011, p. 42) destaca:

Crianças com autismo muitas vezes demonstram sensibilidade auditiva elevada, mas, paradoxalmente, respondem de maneira positiva à música. A música pode fornecer uma forma de comunicação não verbal, permitindo-lhes expressar emoções e se engajar em interações sociais de uma maneira que não é possível através da linguagem falada tradicional.

Assim, a música emerge como ferramenta terapêutica e pedagógica, promovendo expressão emocional, socialização e bem-estar psicológico. Atividades

musicais planejadas e individualizadas contribuem para a integração de crianças neurodivergentes, estimulando simultaneamente competências cognitivas e socioemocionais.

A musicoterapia consolida essa abordagem, utilizando a música de forma estruturada e intencional, com objetivos terapêuticos claros, favorecendo expressão emocional, comunicação não verbal e regulação comportamental (BRUSCIA, 2014). Em contextos escolares e clínicos, a musicoterapia pode ser integrada às práticas pedagógicas, promovendo inclusão e aprendizagem significativa. Programas individualizados adaptam ritmos, melodias e instrumentos às necessidades sensoriais e cognitivas de cada criança, potencializando resultados em atenção, memória, linguagem e interação social (THAUT, 2015).

Além disso, a musicoterapia reduz ansiedade e melhora o bem-estar psicológico geral, oferecendo espaço seguro para exploração e desenvolvimento da autoconfiança. Ao promover integração social e engajamento afetivo, reforça a ideia de que estratégias inclusivas beneficiam não apenas crianças neurodivergentes, mas enriquecem todo o ambiente educativo (GRANDIN, 2011).

Portanto, quando alinhada às práticas educacionais, a musicoterapia constitui recurso essencial para o bem-estar emocional, social e cognitivo, consolidando o papel da música como mediadora do desenvolvimento integral.

A pesquisa evidencia que a música atua como mediadora cognitiva, emocional e social desde os primeiros anos de vida, contribuindo para alfabetização, percepção auditiva, memória, linguagem e regulação emocional (FERNANDES; MARTINS, 2021; LEVITIN, 2006). Em crianças neurodivergentes, especialmente com TEA e TDAH, a música oferece meios de comunicação não verbal, favorece atenção e autorregulação e proporciona experiências afetivas positivas, promovendo inclusão e bem-estar psicológico (GRANDIN, 2011; THAUT, 2015). Esses efeitos são amplificados quando a intervenção musical é estruturada, respeitando perfis sensoriais e cognitivos individuais.

A musicoterapia, ao integrar música e objetivos clínicos ou educacionais, promove redução da ansiedade, aumento da motivação, exploração emocional segura e fortalecimento da autoconfiança, favorecendo simultaneamente desenvolvimento social e cognitivo (BRUSCIA, 2014). Esses efeitos beneficiam não apenas crianças neurodivergentes, mas enriquecem o ambiente educativo como um todo, estimulando empatia e interação entre pares.

Estudos sobre os efeitos duradouros da música na regulação emocional e no bem-estar psicológico de crianças neurodivergentes ainda são limitados, e trabalhos que integrem musicoterapia, práticas pedagógicas inclusivas e tecnologias musicais são escassos. Esse cenário evidencia a relevância da presente pesquisa, que busca preencher lacunas por meio de entrevistas com profissionais da área e questionários aplicados aos alunos do Colégio São Luís.

Em síntese, a bibliografia revisada reforça a centralidade da música no desenvolvimento infantil, evidenciando seu potencial regulador, terapêutico e educativo, e aponta caminhos promissores para a aplicação de práticas inclusivas e musicoterapêuticas em contextos educativos e clínicos. A análise crítica apresentada neste capítulo fornece base sólida para interpretação dos dados empíricos que serão discutidos na sequência, permitindo que a pesquisa dialogue com a teoria e contribua para o avanço do conhecimento na área.

O próximo capítulo apresentará a metodologia utilizada para a realização das entrevistas semiestruturadas, instrumento fundamental para a construção dos dados desta pesquisa. Nele, encontraremos a descrição dos procedimentos adotados, desde a elaboração do roteiro até a condução das entrevistas, todas audiogravadas e realizadas diretamente pela pesquisadora. Além de explicitar os critérios de escolha dos participantes, o capítulo justifica a pertinência dessa técnica qualitativa para compreender de forma mais profunda as percepções, experiências e significados atribuídos pelos entrevistados ao tema investigado. Dessa forma, prepara-se o terreno para a análise e interpretação das falas que serão integradas ao longo do texto.

CAPÍTULO 2 – CARACTERIZAÇÃO DOS SUJEITOS DA PESQUISA

As entrevistas semiestruturadas constituíram uma das principais técnicas metodológicas deste trabalho, permitindo o acesso a relatos em profundidade sobre a prática musical junto a crianças e adolescentes neurodivergentes. Essa escolha se justifica pelo caráter flexível da técnica, que oferece ao pesquisador a possibilidade de seguir um roteiro previamente elaborado, mas também de explorar temas emergentes a partir das respostas dos participantes (TRIVIÑOS, 1987).

2.1 Caracterização dos participantes

Foram realizadas duas entrevistas com professores de música atuantes em diferentes contextos educativos. Ambos possuem experiência direta no trabalho com crianças e adolescentes neurodivergentes em escolas particulares e projetos sociais desde o ano de 2020. Ao longo de suas trajetórias profissionais, acompanharam, em conjunto, pelo menos doze alunos com diagnósticos diversos, entre eles Transtorno do Espectro Autista (TEA), Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), Transtorno Opositor-Desafiador (TOD) e deficiência intelectual.

Essa diversidade de experiências possibilitou a coleta de informações abrangentes acerca dos efeitos da música sobre o desenvolvimento emocional, cognitivo e social de estudantes neurodivergentes. Os professores entrevistados, por sua vivência prática e sensibilidade pedagógica, ofereceram contribuições valiosas que dialogam diretamente com os objetivos desta pesquisa, sobretudo no que se refere ao papel da música como mediadora de processos de autorregulação emocional e inclusão social.

As entrevistas foram realizadas com dois docentes a uma escola de música, instituição reconhecida por adotar práticas pedagógicas voltadas à personalização do ensino musical. As narrativas dos participantes permitiram aprofundar a análise sob a perspectiva de profissionais que atuam diretamente com o ensino de instrumentos e com alunos neurodivergentes em diferentes níveis de desenvolvimento.

O primeiro professor (P1) relatou que, ao longo das aulas, observa que a música proporciona aos estudantes neurodivergentes uma forma de expressão mais livre e autêntica. Segundo ele, muitos alunos demonstram progressos significativos em aspectos como autocontrole, sociabilidade e autoestima após estabelecerem uma rotina de prática instrumental. Em suas palavras, “a música cria um espaço seguro,

onde o aluno pode errar sem medo, experimentar e se comunicar de outras formas”. Essa percepção converge com as ideias de Nordoff e Robbins (1977), pioneiros da musicoterapia, que descrevem a música como um meio capaz de despertar a criatividade e favorecer a comunicação interior de cada indivíduo.

O segundo professor (P2), por sua vez, enfatizou que o aprendizado musical estimula o foco e a persistência. Conforme relatou, “a música ensina a lidar com a frustração, a tentar de novo, e isso se reflete na vida emocional dos alunos”. Essa observação encontra respaldo nas teorias de Gardner (1999), que associa a inteligência musical ao desenvolvimento da autodisciplina, bem como nos estudos neurocientíficos de Sacks (2007), que demonstram como a prática musical ativa áreas cerebrais relacionadas à motivação, à atenção e à recompensa.

Ambos os professores também destacaram que os alunos neurodivergentes tendem a se sentir mais incluídos e valorizados no ambiente musical. De acordo com seus relatos, a música “nivelaria” as diferenças, uma vez que cada estudante pode expressar-se a partir de suas habilidades e ritmos próprios. Esse aspecto reforça o papel da música como instrumento de inclusão e pertencimento — um dos princípios centrais da musicoterapia contemporânea —, que compreende o som como linguagem universal e potencialmente acessível a todos.

2.2 Local e procedimentos da coleta de dados

As entrevistas foram realizadas **presencialmente com os professores participantes**, em ambiente reservado, de modo a garantir sigilo, conforto e liberdade de expressão. Cada encontro teve duração aproximada de 60 minutos e foi conduzido pela pesquisadora com base em um roteiro semiestruturado, que contemplava questões sobre percepção musical, comportamento em sala, processos de socialização e regulação emocional mediados pela música.

Todas as entrevistas foram **audiogravadas pela pesquisadora**, mediante autorização dos entrevistados, e posteriormente transcritas para fins de análise. A pesquisadora manteve postura dialógica e acolhedora, intervindo apenas para esclarecer pontos ou solicitar exemplos adicionais, respeitando o ritmo e a espontaneidade do participante.

2.3 Aspectos observados na primeira entrevista

A primeira entrevista com o professor 1 (P1) trouxe reflexões relevantes sobre a singularidade da experiência musical entre crianças neurodivergentes e neurotípicas. O professor destacou diferenças de percepção, como a ocorrência mais intensa de sinestesia, em que sons são associados a cores, sabores ou sensações. Esse fenômeno reforça a especificidade da forma como alunos neurodivergentes processam estímulos musicais e compreendem o mundo.

“Uma das crianças me disse que quando ouvia certos sons, via cores diferentes na parede. Isso me mostrou como cada aluno percebe a música de forma única, algo que não aconteceria da mesma maneira com crianças neurotípicas.” (P1)

Outro ponto relevante foi a diversidade de reações diante do primeiro contato com a música. Enquanto alguns alunos demonstravam euforia e curiosidade, outros se mostravam apáticos, evidenciando a heterogeneidade do grupo. No caso de crianças com TDAH, o professor mencionou episódios de hiperfoco em determinados sons, que ao mesmo tempo facilitam o engajamento e podem dispersar a atenção para outros estímulos.

“Notei que alguns alunos ficam completamente absorvidos por um som específico, batem palmas ou repetem a mesma nota várias vezes, e isso não é distração, mas sim uma forma de se conectar com a música.” (P1)

Também foram relatados exemplos da música como recurso regulador de humor, como no caso de um aluno com TEA que reagia de forma positiva ou negativa conforme a presença de uma canção específica em sua rotina. Tal relato confirma achados de Damásio (2011) e Bruscia (2014) acerca da função reguladora da música, reforçando a necessidade de considerar preferências individuais nas práticas pedagógicas.

Adicionalmente, o professor apontou para a relação diferenciada das crianças com instrumentos musicais. Em alguns casos, mesmo instrumentos de maior intensidade sonora, como pratos de percussão, não geraram crises, mas despertaram curiosidade. A repetição rítmica da bateria, em particular, mostrou-se um recurso eficaz para manter a atenção e estimular o aprendizado motor de alguns alunos.

“Um aluno autista que geralmente evitava sons altos, surpreendentemente, se interessou pelo prato de percussão e começou a criar ritmos por conta própria. Isso mostrou que o contexto e a abordagem fazem toda a diferença.” (P1)

Por fim, a entrevista destacou a música como linguagem universal promotora da socialização, capaz de criar vínculos, favorecer o convívio coletivo e fortalecer competências socioemocionais. O professor ressaltou ainda a dimensão energética da música como frequência e vibração, convergindo com estudos neurocientíficos que demonstram sua influência sobre emoções e memória (LEVITIN, 2006; SACKS, 2007).

2.4 Aspectos observados na segunda entrevista

Na segunda entrevista, as falas do professor 2 (P2) reforçaram a compreensão da música como ferramenta de regulação emocional e promoção do bem-estar psicológico. A partir de sua experiência, relatou diferentes diagnósticos e destacou a necessidade de estratégias pedagógicas adaptadas e flexíveis, reafirmando que a neurodivergência não constitui um grupo homogêneo.

Um caso emblemático envolveu um aluno com TOD e TEA, cujas crises emocionais eram mais bem administradas quando o professor adotava postura respeitosa de distanciamento, permitindo que o aluno retomasse voluntariamente o contato por meio da música. Esse relato evidencia a importância de respeitar a autonomia e o tempo individual de cada criança, reconhecendo a música como espaço de reconexão e segurança.

“Quando deixamos que a criança tenha seu tempo, ela retorna por vontade própria, escolhendo instrumentos ou músicas. É incrível ver como a música se torna um canal de reconexão consigo mesma e com o grupo.” (P2)

A curiosidade intensa e a exploração sonora também foram descritas como dimensões centrais da prática musical. O professor interpretou tais comportamentos não como inadequados, mas como parte essencial da aprendizagem e do processo criativo. Essa valorização da experimentação livre favorece estados de fluxo, estimula a atenção e promove prazer e regulação emocional.

“Eles adoram apertar botões no teclado, testar diferentes combinações de notas ou explorar falsetes. Cada tentativa é um aprendizado e uma forma de se expressar, sem medo de errar.” (P2)

Outro desafio abordado foi o equilíbrio entre necessidades individuais e dinâmicas coletivas. Para isso, o professor adota estratégias como a “exploração delimitada”, permitindo alguns minutos de liberdade antes de direcionar os alunos a atividades estruturadas. Tal prática equilibra autonomia e foco, criando um ambiente de aprendizagem responsivo e acolhedor.

“Em rodas musicais, percebo que alunos que normalmente têm dificuldade de interagir começam a participar, batendo palmas, cantando ou acompanhando o ritmo, mostrando que a música cria pontes que a fala às vezes não consegue.” (P2)

A flexibilidade pedagógica apareceu como um pilar fundamental, especialmente ao lidar com resistências ou dificuldades relacionadas a exercícios vocais ou abstrações rítmicas. O professor relatou o uso de jogos, atividades coletivas e abordagens multissensoriais para superar essas barreiras, respeitando as particularidades sensoriais e cognitivas dos alunos.

No campo da socialização, destacou atividades coletivas, como brincadeiras de roda, que favorecem inclusão, pertencimento e autoestima. Nesses momentos, dificuldades individuais são suavizadas pela colaboração, fortalecendo vínculos e promovendo experiências de cooperação e suporte mútuo.

Por fim, o professor ressaltou a importância de ambientes livres de julgamento, em que erros são interpretados como parte natural da aprendizagem. Essa abordagem favorece a resiliência emocional e a construção de uma autoimagem positiva, aspectos essenciais para o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes neurodivergentes.

2.5 Considerações gerais da entrevista semiestruturada

As entrevistas realizadas revelam que a música, quando mediada por educadores sensíveis e flexíveis, ultrapassa o campo estético e transforma-se em espaço de desenvolvimento cognitivo, emocional e social. Ao equilibrar previsibilidade e liberdade, autonomia e orientação, a prática musical favorece processos de autorregulação, fortalece a autoestima e promove inclusão social.

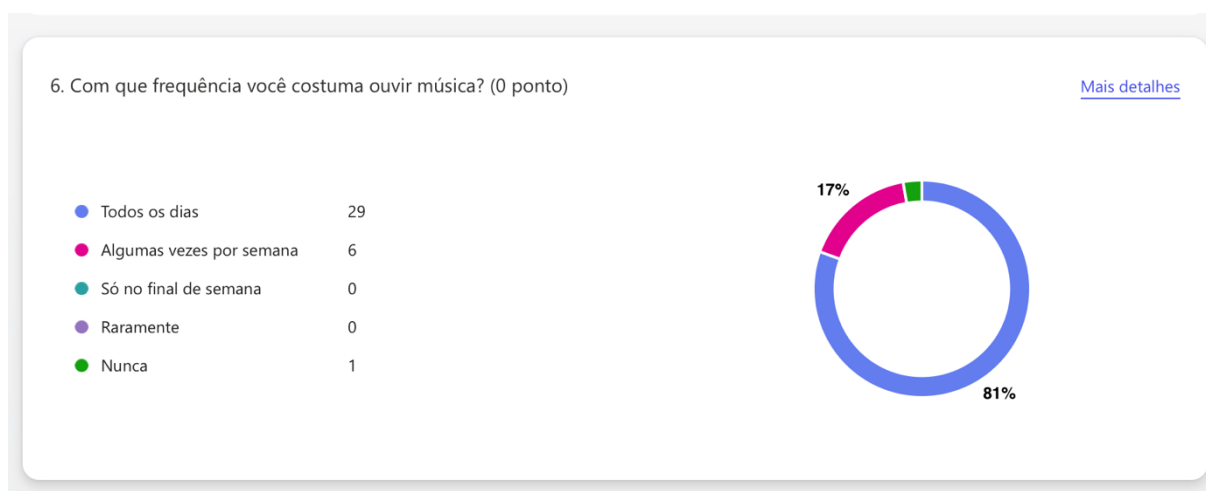
Assim, os relatos obtidos corroboram a hipótese central deste trabalho: a música constitui recurso pedagógico e terapêutico capaz de impactar positivamente o bem-estar psicológico de crianças e adolescentes neurodivergentes, configurando-se como ferramenta transformadora de aprendizagem, expressão e convivência.

2.6 Questionário via Forms

Foi aplicado um formulário online composto por 17 perguntas adaptativas, elaboradas conforme as respostas individuais dos participantes. O instrumento abordou dados sociodemográficos, diagnóstico de neurodivergência, hábitos de escuta (frequência, tempo diário e momentos), estilos musicais preferidos e aspectos relacionados à função emocional da música (como promoção de calma, melhora do humor e uso intencional). Ao todo, foram coletadas 36 respostas por meio do Google Forms.

Entre os participantes, quatro relataram algum grau de neurodivergência — três com diagnóstico de TDAH e um com TDA —, enquanto trinta e dois afirmaram não possuir diagnóstico. As idades variaram entre 12 e 18 anos, predominando adolescentes de 16 anos, majoritariamente estudantes do segundo ano do Ensino Médio.

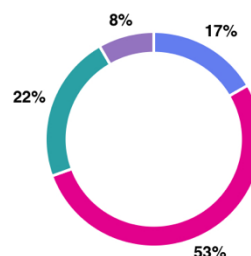
Uma das questões investigava a frequência com que os participantes ouviam música, e os resultados indicaram que 81% relataram ouvir todos os dias.



7. Em média, quanto tempo por dia você passa ouvindo música? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

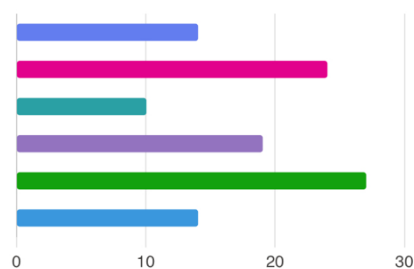
Menos de 30 minutos	6
Entre 30 minutos e 1 hora	19
De 1 a 3 horas	8
Mais de 3 horas	3



8. Você costuma ouvir música em quais momentos do seu dia? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Estudando	14
Fazendo atividades físicas	24
Antes de dormir	10
Quando está triste/ansioso(a)	19
No transporte	27
Outro	14

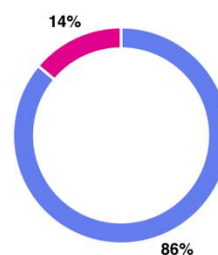


Em média, 53% dos participantes relataram ouvir música por um período entre 30 minutos e 1 hora, principalmente durante a realização de atividades físicas ou enquanto se deslocam em meios de transporte.

10. Você costuma variar os estilos musicais de acordo com seu humor ou situação? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

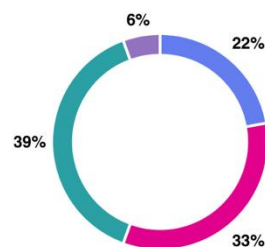
- Sim 31
- Não 5



11. Quando você está ansioso(a) ou estressado(a), ouvir música ajuda a se acalmar? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

- Sempre 8
- Muitas vezes 12
- Às vezes 14
- Nunca 2

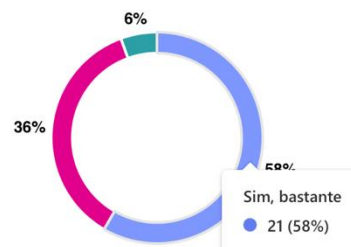


De acordo com os resultados da pesquisa, 86% dos participantes afirmaram variar o estilo musical conforme o próprio estado de humor. A maioria relatou que a música contribui para promover calma e alívio em momentos de estresse ou ansiedade.

12. Você sente que ouvir música melhora seu humor quando está triste? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

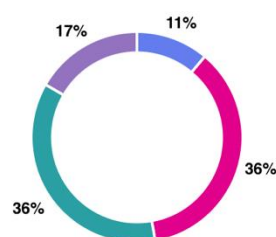
Sim, bastante	21
Um pouco	13
Não faz diferença	2



13. Você acha que a música atrapalha ou ajuda sua concentração nos estudos? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Ajuda	4
Atrapalha	13
Depende do tipo de música	13
Não costumo ouvir música estudando	6

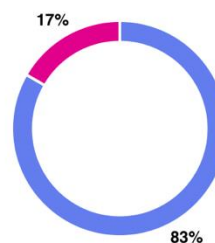


Mais da metade dos participantes relataram que ouvir música contribui para a melhora do humor em momentos de tristeza. Contudo, observaram que, dependendo do gênero musical, a escuta pode prejudicar a concentração durante os estudos.

14. Você já usou música intencionalmente para lidar com sentimentos difíceis (tristeza, raiva, ansiedade)? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

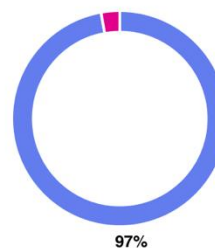
● Sim 30
● Não 6



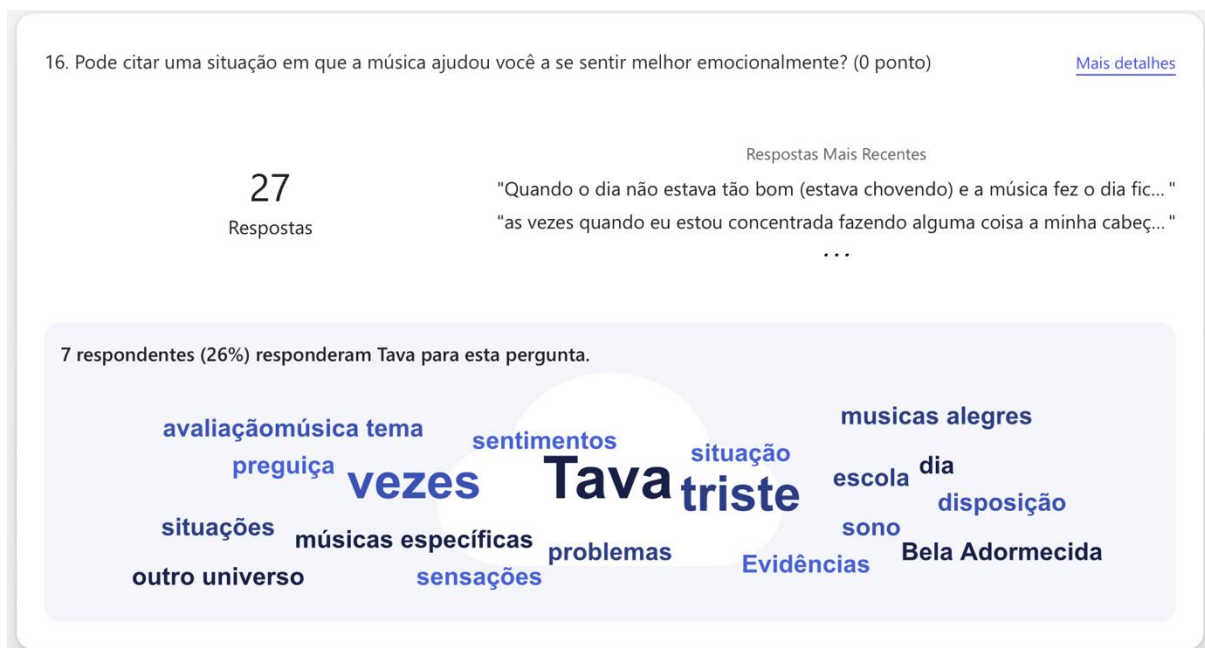
15. Já se sentiu mais feliz ao ouvir uma música? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

● Sim 35
● Não 1



Cerca de 83% dos estudantes afirmaram utilizar a música como estratégia para lidar com emoções difíceis, como tristeza, raiva e ansiedade. Além disso, 97% relataram sentir-se mais felizes ao ouvir música.



Pergunta: “Pode citar uma situação em que a música ajudou você a se sentir melhor emocionalmente?”

Entre as 27 respostas obtidas, observa-se que a música foi amplamente associada a momentos de regulação emocional, especialmente em situações de tristeza, ansiedade, raiva e estresse. Muitos participantes relataram utilizar a música como um recurso de alívio emocional, seja para acalmar-se, motivar-se ou melhorar o humor em contextos de mal-estar psicológico.

Exemplos de respostas:

- “Quando estou triste e escuto uma música que gosto.”
- “Quando o dia não estava tão bom (estava chovendo) e a música fez o dia ficar mais animado.”
- “Quando tenho raiva ou fico triste, às vezes a música me ajuda a digerir e interpretar situações.”
- “Eu estava chateada e coloquei músicas alegres para me animar, e funcionou.”

Esses relatos evidenciam que a música atua como um importante mecanismo de autorregulação emocional, permitindo que os jovens processem sentimentos difíceis e encontrem conforto. Além disso, algumas respostas indicam que a música funciona como uma forma de expressão e distração cognitiva, ajudando o indivíduo a se distanciar de pensamentos negativos — como exemplifica o relato: *“ouvir música me faz sentir em outro universo.”*

Portanto, essa questão confirma que a música é utilizada de maneira intencional para promover o bem-estar emocional, reforçando seu potencial terapêutico mesmo fora de contextos clínicos.



Pergunta: “Se pudesse escolher, gostaria que a música fosse mais usada na escola como recurso para aprendizado ou bem-estar? Por quê?”

Entre as 25 respostas obtidas, a maioria dos participantes manifestou opiniões positivas quanto à inclusão da música no ambiente escolar, reconhecendo seu potencial para reduzir o estresse, aumentar a concentração e melhorar a motivação. Contudo, algumas respostas revelaram resistência ou neutralidade, indicando que a música pode atuar como elemento de distração, dependendo do momento, do estilo musical ou do perfil do estudante.

Exemplos de respostas positivas:

- “Sim, acho que ajudaria a reduzir o estresse e o cansaço.”
- “Sim, porque a música traz ânimo e felicidade ao ambiente.”
- “Sim, pois com a música podemos aprender a lidar melhor com sentimentos.”
- “Acho que a música poderia ajudar na concentração e tornar as aulas mais leves.”
- “Sim, porque gera motivação e melhora o humor.”

Exemplos de respostas neutras ou negativas:

- “Não, acho que a música atrapalharia as pessoas, principalmente aquelas que se distraem rápido.”
- “Depende, para muitas pessoas a música atrapalha durante as atividades.”

Essas respostas indicam que os estudantes reconhecem o poder emocional e motivacional da música, mas compreendem que sua aplicação pedagógica requer planejamento e contextualização adequados, a fim de evitar que se torne uma fonte de distração.

Há, portanto, um consenso parcial de que a música pode contribuir para o bem-estar coletivo e melhorar o clima emocional escolar, desde que utilizada com propósito e equilíbrio.

Síntese dos dados obtidos no formulário:

- 81% dos participantes afirmaram ouvir música todos os dias;
- 53% relataram ouvir música entre 30 minutos e 1 hora diários;
- A maioria ouve música enquanto realiza atividades físicas, se desloca em transportes ou em momentos de tristeza e ansiedade;
- 86% variam o estilo musical conforme o humor;
- 83% utilizam a música para lidar com emoções difíceis;
- 97% afirmam sentir-se mais felizes ao ouvir música.

Esses dados, somados às respostas abertas, demonstram que a música exerce um papel central na regulação emocional cotidiana dos adolescentes — funcionando como meio de expressão, distração saudável e autocontrole emocional.

A música surge, assim, como uma forma de **autoterapia espontânea**, utilizada pelos jovens para lidar com sentimentos complexos e restaurar o equilíbrio psicológico.

Além disso, os resultados sugerem que ela contribui para o bem-estar mental, uma vez que a maior parte dos participantes relatou melhora do humor, aumento da energia e sensação de conforto emocional após ouvir música.

Embora alguns estudantes a percebam como um possível fator de distração durante os estudos, a maioria reconhece seu uso como positivo e potencialmente benéfico também em contextos escolares, desde que implementado de maneira equilibrada e intencional.

A hipótese inicial deste estudo — de que a música influencia positivamente a regulação emocional e o bem-estar psicológico de crianças e adolescentes com neurodivergência — foi **confirmada pelos resultados obtidos**.

Os dados evidenciam que a música:

- É utilizada conscientemente para acalmar emoções negativas, como tristeza, ansiedade e raiva;
- Promove sentimentos de alegria, motivação e relaxamento;
- Atua como estratégia de enfrentamento emocional tanto entre estudantes neurotípicos quanto neurodivergentes;
- Possui potencial pedagógico e terapêutico, embora sua aplicação demande planejamento e intencionalidade.

Essas conclusões convergem com os achados de **Thoma et al. (2013)**, que identificam a capacidade da música de regular o sistema nervoso autônomo e reduzir o estresse, e de **Koelsch (2014)**, que destaca seu impacto positivo sobre a saúde mental e a expressão emocional.

Em síntese, o conjunto das respostas reforça que a música constitui um **recurso acessível, eficaz e significativo na vida dos jovens**, funcionando como mediadora de emoções, promotora de bem-estar e ferramenta potencial tanto no contexto educacional quanto no terapêutico.

2.7 Considerações gerais sobre a entrevista via Forms

Os resultados obtidos por meio do formulário online evidenciam que a música desempenha um papel significativo na vida emocional dos adolescentes, funcionando como um instrumento espontâneo de autorregulação e expressão afetiva. A ampla adesão ao hábito de ouvir música diariamente, bem como a utilização desse recurso para lidar com emoções como tristeza, ansiedade e raiva, indica que os jovens reconhecem na música uma via eficaz de alívio emocional e reequilíbrio psicológico. Esses dados corroboram a ideia de que a música, além de seu valor estético e cultural, possui uma dimensão funcional na promoção do bem-estar subjetivo e na manutenção da saúde mental juvenil.

De modo geral, a pesquisa demonstra que a música é percebida pelos estudantes como um elemento capaz de reduzir o estresse, aumentar a motivação e favorecer um ambiente emocionalmente mais saudável, inclusive dentro do contexto escolar. Embora alguns participantes ressaltem a necessidade de dosagem e adequação pedagógica, o consenso majoritário aponta para o potencial educativo e terapêutico da música quando integrada de forma intencional às práticas escolares. Assim, os resultados reforçam a importância de considerar a música não apenas como expressão artística, mas também como ferramenta formativa e de cuidado emocional, especialmente em uma fase marcada por intensas transformações cognitivas e afetivas como a adolescência.

CAPÍTULO 3 – CAMINHOS METODOLÓGICOS DA PESQUISA: ENTRE A MÚSICA, A EMOÇÃO E A NEURODIVERGÊNCIA

A construção de um trabalho científico exige que os caminhos metodológicos percorridos pelo pesquisador sejam claramente expostos e devidamente justificados, a fim de assegurar a transparência do processo investigativo e a legitimidade dos resultados alcançados. No caso do presente estudo, que busca compreender a influência da música na regulação emocional e no bem-estar psicológico de crianças e adolescentes com neurodivergência, é necessário explicitar, de maneira minuciosa, os procedimentos adotados desde a definição do público-alvo até a escolha dos instrumentos de coleta e análise de dados.

A definição da metodologia em uma pesquisa científica é essencial para garantir que os resultados sejam confiáveis e consistentes, permitindo que o fenômeno estudado seja compreendido de forma sistemática e fundamentada. No presente trabalho, que investiga a influência da música na regulação emocional e no bem-estar psicológico de crianças e adolescentes neurodivergentes, a escolha metodológica reflete a complexidade do objeto de estudo, que envolve dimensões cognitivas, afetivas e sociais.

A inspiração para este estudo surgiu, em grande medida, a partir da obra de Oliver Sacks (2007), *Alucinações Musicais*, na qual o autor explora casos clínicos de indivíduos que experimentam respostas neurológicas e emocionais intensas ao estímulo musical. Sacks demonstra como a música não é apenas um estímulo externo, mas um agente capaz de trazer memórias, organizar experiências internas e modular estados emocionais. Essa perspectiva foi decisiva para a escolha do tema, pois evidencia que a música possui um papel profundo na experiência subjetiva — algo especialmente relevante no contexto de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH).

Além disso, Sacks fornece exemplos de como pequenas variações no ambiente ou na forma de interação musical podem gerar respostas emocionais e comportamentais diversas, ressaltando a necessidade de um olhar sensível e atento ao estudar populações neurodivergentes. Esse insight orientou a seleção dos sujeitos

da pesquisa e a estruturação das entrevistas, buscando captar nuances da experiência musical e seus impactos emocionais.

3.1 Procedimentos Metodológicos

A escolha da abordagem metodológica foi pautada na necessidade de compreender tanto os aspectos subjetivos da experiência musical (emoções, percepções e sentimentos) quanto os aspectos observáveis (comportamentos e respostas ao estímulo sonoro). Assim, adotou-se uma perspectiva qualitativa e quantitativa, permitindo que a análise fosse ampla e profunda, integrando dados numéricos e interpretações simbólicas sobre o papel da música na vida emocional e social dos participantes.

A pesquisa foi estruturada em duas etapas principais: a primeira consistiu em entrevistas com professores de música, e a segunda, na aplicação de um formulário digital para estudantes de diferentes idades. A combinação dessas estratégias metodológicas possibilitou a triangulação dos dados, fortalecendo a análise e tornando o estudo mais confiável e representativo.

3.2 Contato e Sujeitos da Pesquisa

O primeiro passo para a realização da pesquisa consistiu no estabelecimento de contato com os sujeitos participantes. Foram utilizados dois grupos distintos, porém complementares: professores de música que atuam na área há anos e estudantes. O grupo de professores foi composto por dois docentes da escola de música *Espaço Viola*, instituição que frequento, reconhecida por sua atuação no ensino musical voltado tanto para o desenvolvimento técnico quanto para o crescimento pessoal dos alunos.

A escolha desses profissionais ocorreu de forma intencional, considerando a experiência de ambos no ensino de música a crianças e adolescentes, incluindo alunos neurodivergentes. Por meio de entrevistas semiestruturadas, os professores puderam relatar suas vivências, observações e percepções sobre como o aprendizado musical contribui para o desenvolvimento emocional, social e comportamental dos alunos com diferentes perfis cognitivos.

O segundo grupo da pesquisa foi formado por estudantes com idades entre 12 e 18 anos, que responderam a um formulário digital elaborado no Microsoft Forms. A maioria dos participantes tinha 16 anos, representando uma faixa etária em que a música costuma exercer papel fundamental na formação da identidade, na expressão de emoções e na construção de vínculos sociais. O formulário foi divulgado digitalmente, e as respostas foram coletadas de forma voluntária e anônima.

A inclusão de dois públicos distintos — professores e estudantes — permitiu um cruzamento de perspectivas: de um lado, a visão pedagógica e profissional sobre a influência da música; de outro, a percepção pessoal e afetiva dos jovens sobre como a música impacta suas emoções e seu bem-estar. Essa diversidade de olhares enriqueceu a análise, tornando possível compreender a música como fenômeno emocional, cognitivo e social.

3.3 Fontes Documentais

Além dos dados coletados com os participantes, a pesquisa fundamentou-se em um levantamento bibliográfico e documental. As fontes teóricas selecionadas abordam temas relacionados à Psicologia da Música, Neurociência, Educação Musical e Musicoterapia, áreas que fornecem bases sólidas para compreender os efeitos da música sobre o cérebro e as emoções humanas.

Entre as referências utilizadas, destacam-se autores que discutem a música como linguagem simbólica, meio de comunicação e ferramenta de autorregulação emocional. Obras e artigos científicos foram consultados para compreender de que forma os estímulos sonoros podem ativar áreas cerebrais relacionadas ao prazer, à memória e à empatia — elementos essenciais para o bem-estar psicológico.

O uso dessas fontes documentais permitiu construir um referencial teórico interdisciplinar, unindo conhecimentos da Psicologia e da Neurociência com práticas da Educação Musical. Essa combinação possibilitou uma análise mais ampla e integrada, capaz de articular teoria e prática. Além disso, a revisão bibliográfica ajudou a interpretar os dados empíricos à luz dos conceitos científicos já estabelecidos, permitindo comparar os resultados desta pesquisa com outros estudos que investigaram o papel da música em contextos terapêuticos e educacionais.

As fontes também foram fundamentais para aprofundar a discussão sobre neurodivergência. Foram considerados estudos sobre o funcionamento cognitivo e

emocional de pessoas com TEA e TDAH, enfatizando como a música pode favorecer a concentração, reduzir a ansiedade e auxiliar na expressão de emoções. Assim, o embasamento teórico serviu não apenas como sustentação, mas também como instrumento de análise para os resultados obtidos na pesquisa de campo.

3.4 Estratégias e Instrumentos

Para alcançar os objetivos propostos, foi adotada uma combinação de estratégias qualitativas e quantitativas, com o intuito de analisar a influência da música de forma abrangente e contextualizada. A abordagem qualitativa permitiu compreender as experiências subjetivas dos participantes, enquanto a abordagem quantitativa proporcionou dados objetivos e mensuráveis, especialmente no caso das respostas ao formulário.

O principal instrumento utilizado foi o formulário digital elaborado no Microsoft Forms, contendo perguntas fechadas e abertas. As questões abordavam temas como o tempo de contato dos jovens com a música, os sentimentos despertados durante a escuta ou prática musical e os efeitos percebidos na concentração, humor e bem-estar. Essa ferramenta foi escolhida por sua praticidade e pela possibilidade de alcançar um número maior de respondentes de forma segura e anônima.

As entrevistas com os professores foram realizadas de modo semiestruturado, permitindo que os entrevistados expressassem livremente suas percepções, mas mantendo o foco nos eixos centrais da pesquisa: o papel da música na regulação emocional e sua importância para o desenvolvimento psicológico de alunos neurodivergentes. As falas foram registradas e posteriormente analisadas com base na técnica de análise de conteúdo, amplamente utilizada em pesquisas qualitativas, que busca identificar temas recorrentes e significados implícitos nas respostas.

Os dados coletados foram organizados em categorias temáticas, de modo a facilitar a interpretação e a comparação entre as percepções dos professores e dos estudantes. Essa análise permitiu identificar padrões de resposta que evidenciam a relevância da música como instrumento de expressão emocional e de fortalecimento da autoestima.

Além disso, o processo de análise buscou reconhecer as limitações do estudo, considerando o número reduzido de entrevistas e o recorte específico de faixa etária. Ainda assim, os resultados obtidos são representativos dentro do contexto em que

foram produzidos e oferecem subsídios valiosos para futuras pesquisas na área da musicoterapia e da educação musical inclusiva.

Por fim, destaca-se que todo o procedimento metodológico foi guiado pelo compromisso com a ética, o respeito e a veracidade científica, garantindo que o processo de investigação fosse conduzido de maneira responsável e transparente.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo analisar a influência da música na regulação emocional e no bem-estar psicológico de crianças e adolescentes com neurodivergência, especialmente aquelas diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). A hipótese inicial sustentava que a música exerce um papel significativo na promoção da autorregulação emocional, na expressão de sentimentos e no fortalecimento do equilíbrio psicológico desses indivíduos, contribuindo para o desenvolvimento cognitivo, social e afetivo. Ao longo do estudo, foi possível observar, com base em fundamentos teóricos, pesquisas anteriores e nos dados coletados por meio de questionário, que essa hipótese foi corroborada, revelando a efetividade da música como um recurso terapêutico e educativo de alta relevância no contexto da neurodivergência.

Ao retomar os principais pontos discutidos, percebe-se que a fundamentação teórica forneceu um alicerce sólido para compreender o modo como a música atua sobre os processos cerebrais e emocionais. A partir das contribuições da neurociência, constatou-se que os estímulos musicais ativam regiões cerebrais relacionadas à emoção, à memória e à atenção, o que explica a capacidade da música de modular estados afetivos e comportamentais. Pesquisadores como Daniel Levitin, Oliver Sacks e Temple Grandin reforçam que a música não apenas desperta emoções, mas também organiza a experiência sensorial e cognitiva, sendo especialmente benéfica para pessoas neurodivergentes que apresentam dificuldades na comunicação social, no controle de impulsos e na regulação emocional. Nesse sentido, o diálogo entre neurociência, psicologia e musicoterapia demonstrou que a música pode funcionar como uma ponte entre o mundo interno e o ambiente, possibilitando a expressão de conteúdos subjetivos e o fortalecimento das habilidades socioemocionais.

Do ponto de vista psicológico, verificou-se que a música oferece um espaço seguro de acolhimento e simbolização, no qual crianças e adolescentes podem canalizar emoções de maneira criativa e não verbal. Por meio de atividades musicais — como canto, escuta dirigida ou uso de instrumentos —, ocorre a liberação de tensões, a organização do pensamento e o aumento da autoestima. A musicoterapia, em particular, desponta como um campo que integra arte e ciência, permitindo

intervenções que estimulam tanto a dimensão emocional quanto a cognitiva. Essa prática tem se mostrado eficaz na redução de sintomas ansiosos e de agitação, na ampliação do foco atencional e no fortalecimento de vínculos interpessoais — aspectos cruciais para o desenvolvimento saudável de pessoas com TEA e TDAH.

No campo educacional, o estudo evidenciou que a música também se constitui como ferramenta pedagógica inclusiva. Professores e educadores que participaram da pesquisa destacaram que o uso de atividades musicais em sala de aula contribui para o engajamento dos alunos neurodivergentes, favorece a socialização e amplia as possibilidades de aprendizado significativo. A música desperta o interesse, estimula a concentração e ajuda a construir um ambiente mais harmonioso e participativo. Esses resultados reforçam a importância de práticas pedagógicas sensíveis às diferenças individuais, capazes de reconhecer na música não apenas uma disciplina artística, mas um instrumento de desenvolvimento humano integral.

A análise dos questionários aplicados — respondidos por 36 participantes entre professores e profissionais das áreas da educação e da saúde — revelou que a maioria reconhece a música como um recurso terapêutico e emocionalmente regulador. As respostas apontaram que os efeitos mais observados em crianças e adolescentes neurodivergentes incluem a melhora na expressão emocional, o aumento da concentração, a diminuição da ansiedade e o fortalecimento da autoestima. Além disso, vários respondentes mencionaram que a música facilita a comunicação e cria um ambiente mais acolhedor, o que favorece a convivência e o aprendizado. Esses dados empíricos confirmam as discussões teóricas e consolidam a hipótese inicial, evidenciando a relação positiva entre música, regulação emocional e bem-estar psicológico.

Outro ponto relevante observado na pesquisa foi a constatação de que o efeito da música vai além do momento da escuta ou da prática. Ela influencia a forma como o indivíduo percebe a si mesmo e o mundo ao redor, promovendo um estado de harmonia interna e contribuindo para o fortalecimento da identidade emocional. Crianças e adolescentes neurodivergentes, muitas vezes incompreendidos ou marginalizados por apresentarem comportamentos distintos, encontram na música um meio legítimo de comunicação e pertencimento. Dessa forma, a música atua não apenas como intervenção terapêutica, mas também como ferramenta de inclusão social e reconhecimento da diversidade humana.

Do ponto de vista social e científico, o estudo reafirma a necessidade de ampliar o diálogo entre educação, psicologia, neurociência e arte, de modo que o conhecimento sobre a influência da música seja mais explorado e aplicado em contextos clínicos e pedagógicos. A música, quando utilizada de forma planejada e sensível, tem potencial para transformar ambientes e práticas, contribuindo para uma sociedade mais empática, inclusiva e consciente das diferentes formas de funcionamento humano. A pesquisa evidencia, portanto, que investir em projetos de musicoterapia, oficinas musicais e atividades artísticas voltadas à neurodivergência é investir na saúde emocional e no desenvolvimento integral das novas gerações.

Conclui-se, portanto, que a hipótese inicial foi corroborada: a música, de fato, exerce influência positiva na regulação emocional e no bem-estar psicológico de crianças e adolescentes com neurodivergência. Ela atua como mediadora de afetos, linguagem universal e espaço de transformação interior, promovendo integração, aprendizado e autoconhecimento. Além de seu valor estético, a música se revela uma aliada da saúde mental e da educação inclusiva, confirmando seu poder como forma de cuidado e expressão. Assim, este estudo não apenas reafirma a relevância da música como instrumento terapêutico e pedagógico, mas também aponta para a necessidade de políticas públicas e práticas escolares que reconheçam o papel das artes no desenvolvimento emocional e social de pessoas neurodivergentes.

Em suma, este trabalho contribui para o entendimento de que a música vai muito além do entretenimento: ela é uma experiência humana fundamental, capaz de conectar corpo, mente e emoção. Nos contextos da neurodivergência, essa conexão torna-se ainda mais significativa, pois oferece caminhos alternativos de expressão e de construção de sentido. Ao integrar teoria, pesquisa empírica e reflexão crítica, este TCC reafirma o valor transformador da música como linguagem universal que acolhe, ensina e cura.

9 REFERÊNCIAS

BRUSCIA, Kenneth E. *Defining Music Therapy*. 3. ed. Gilsum: **Barcelona Publishers**, 2014. Disponível em: <https://barcelonapublishers.com/defining-music-therapy-3rd-edition>. Acesso em: 1 set. 2025.

DAMÁSIO, António. **O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano**. São Paulo: Companhia das Letras, 2011. Disponível em: <https://asdocs.net/2NFam~pdfviewer>. Acesso em: 1 set. 2025.

DE OLIVEIRA, Francisca Vieira; RÊGO NETA, Marly Marques; MAGALHÃES, Juliana Macêdo; OLIVEIRA, Adélia Dalva da Silva; AMORIM, Fernanda Claudia Miranda; DE CARVALHO, Claudia Maria Sousa. **Contribuição da musicoterapia no transtorno do espectro autista**: revisão integrativa da literatura. *Journal of Nursing and Health*, v. 11, n. 1, 1 abr. 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/17779> . Acesso em: 10 abr. 2025.

DICA SIMPLES. **Musicalização como ferramenta terapêutica para crianças com TDAH**. Disponível em: <https://dicasimples.com.br/infantil/musicalizacao-como-ferramenta-terapeutica-para-criancas-com-tdah/> . Acesso em: 10 abr. 2025.

FERNANDES, A.; MARTINS, B. **Benefícios da música no processo de alfabetização da criança**. *Revista de Educação e Integração*, Campo Grande, v. 15, n. 2, p. 1-10, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/deaint/article/view/22435>. Acesso em: 28 julho. 2025.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOUVEIA, Cristiana. **A influência da música no neurodesenvolvimento infantil: apontamentos neuropsicológicos**. *Mosaico: Estudos em Psicologia*, v. 10, n. 1, p. 67-84, jul. 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/mosaico/article/view/35680> . Acesso em: 10 abr. 2025.

GRANDIN, Temple. **Thinking in Pictures: and other reports from my life with autism**. New York: Vintage, 2011. Disponível em: <https://www.amazon.com/Thinking-Pictures-Expanded-Life-Autism/dp/0307275655>. Acesso em: 5 set. 2025.

Ke, X., Liu, L., & Li, H. (2022). **Effectiveness of music therapy in children with autism spectrum disorder**: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 89829. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36276324/>
Kim, J., Wigram, T., & Gold, C. (2023). **Effects of music therapy as an alternative treatment on depression in children and adolescents with ADHD by activating serotonin and improving stress coping ability**. *Journal of Affective Disorders*, 320, 123-130. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36879223/>

LEVITIN, Daniel J. This is your brain on music: **the science of a human obsession**. New York: Dutton, 2006. Disponível em: diglib.globalcollege.edu.et:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1787/00185.pdf?sequence=1&isAllowed=y Acesso em: 11 de julho 2025.

LUZ NO LABIRINTO. **O poder da música clássica na concentração, foco e regulação emocional no TDAH**. Disponível em: <https://luznolabirinto.com/2025/03/09/o-poder-da-musica-classica-na-concentracao-foco-e-regulacao-emocional-no-tdah/> . Acesso em: 10 abr. 2025.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

QUINTÃO, Larissa Valente; CUNHA, Sarah Lyns Fagundes; COELHO, Matheus Garcia. **A influência da musicoterapia no contexto clínico de crianças com o Transtorno do Espectro Autista**: uma revisão de literatura. *Revista Sociedade Científica*, v. 7, n. 1, p. 4268-4288, 17 set. 2024. Disponível em: <https://show.scientificsociety.net/2024/09/a-influencia-da-musicoterapia-no-contexto-clinico-de-criancas-com-o-transtorno-do-espectro-autista-uma-revisao-de-literatura/>. Acesso em: 10 abr. 2025.

RODRIGUES, Samara. **Musicoterapia**: estimulando o desenvolvimento cognitivo e emocional de crianças com TDAH. *Educação Alternativa*, 20 jan. 2025. Disponível em: <https://pedrosaveracom.com/2025/01/20/musicoterapia-estimulando-o-desenvolvimento-cognitivo-e-emocional-de-criancas-com-tdah/>. Acesso em: 10 abr. 2025.

SACKS, Oliver. **Musicophilia: tales of music and the brain**. New York: Knopf, 2007. Disponível em: <https://hugoribeiro.com.br/biblioteca-digital/Sacks-Alucinacoes-Musicais.pdf> Acesso em: 13 jul. 2025.

SILVA, Maria de Lourdes; SOUZA, Ana Carolina. **A música como ferramenta pedagógica na atenção à criança com TDAH**. *Encontro de Musicoterapia e Interdisciplinaridade*, v. 2, n. 1, 2022. Disponível em: <https://ojs.musica.ufrn.br/emi/article/view/83>. Acesso em: 10 abr. 2025.

THAUT, Michael H. **Rhythm, Music, and the Brain: Scientific Foundations and Clinical Applications**. New York: Routledge, 2015. Disponível em: <https://www.routledge.com/Rhythm-Music-and-the-Brain-Scientific-Foundations-and-Clinical-Applications/Thaut/p/book/9780415964753>. Acesso em: 5 set. 2025.

TRIVIÑOS, Augusto Nibaldo Silva. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas, 1987.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS. **Ouvir música pode ajudar a reduzir erros em atividades executadas por crianças com TDAH**. Disponível em: <https://ufmg.br/comunicacao/noticias/ouvir-musica-pode-ajudar-a-reduzir-erros-em-atividades-executadas-por-criancas-com-tdah> . Acesso em: 10 abr. 2025.

Verywell Health. (2020). **Music Therapy for Autism**. Disponível em: <https://www.verywellhealth.com/music-therapy-for-autism-260057>

Verywell Mind. (2020). **What to Know About Music Therapy**. Disponível em: <https://www.verywellmind.com/benefits-of-music-therapy-89829>

Wang, M., Zheng, H., & Liu, J. (2022). **Music therapy for autism spectrum disorder: A systematic review and meta-analysis**. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 958259. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9582596/>

