

MÚSICA, REGULAÇÃO EMOCIONAL: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

MUSIC, EMOTIONAL REGULATION: A LITERATURE REVIEW

Ciências da Saúde • 26/10/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/792902305](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/792902305)

Fellyciano Couthynho Coelho Silva¹

Amanda Jennyfer Coelho Costa²

RESUMO

A música está presente em diferentes contextos da vida cotidiana e pode estabelecer relações com aspectos emocionais e cognitivos do indivíduo. Nesse sentido, compreender sua relação com a regulação emocional e a atenção é relevante para a Psicologia, pois permite discutir como a experiência musical pode estar associada ao manejo das emoções e aos processos envolvidos no direcionamento e na manutenção do foco. Este estudo tem como objetivo analisar as relações entre a música, a regulação emocional e a atenção, com base na literatura científica. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, desenvolvida a partir da análise de estudos relacionados à temática. A discussão contempla as possibilidades de utilização da música como recurso associado à regulação emocional e sua relação com os processos atencionais. A literatura analisada aponta que essas relações podem variar conforme as características do estímulo musical, o contexto e as experiências individuais, não sendo possível atribuir à música efeitos universais. Conclui-se que a música constitui uma experiência que pode se relacionar de diferentes maneiras com a regulação emocional e a atenção, sendo necessárias análises que considerem as particularidades de cada situação.

Palavras-chave: Música; Regulação emocional; Atenção; Revisão bibliográfica.

ABSTRACT

This study addresses the relationship between music and psychological processes, considering the cognitive, emotional, and attentional aspects involved in musical experiences. The relevance of this topic lies in the potential contribution of music to understanding human psychological functioning, particularly regarding emotional regulation and attention. In this context, the

general objective of this study is to analyze the relationship between music, emotional regulation, and attention based on the scientific literature. To achieve this objective, a bibliographic study with a qualitative approach was conducted, drawing on scientific publications related to the topic. The analysis discusses the relationship between music and psychological processes, highlighting the interaction between cognitive and emotional aspects. It also examines the potential use of music as a resource associated with emotional regulation, taking into account that individual responses may vary according to the context, musical characteristics, and personal experiences. Regarding attention, the study addresses findings related to the role of musical experiences in the selection, maintenance, and direction of attentional focus. The analysis indicates that music is a multidimensional experience associated with different cognitive and emotional processes. However, its effects cannot be considered universal, as they depend on several contextual and individual factors. Therefore, this study contributes to a broader understanding of the relationship between music, emotional regulation, and attention within the field of Psychology, emphasizing the importance of considering individual differences and the context in which music is experienced.

Keywords: Music; Emotional regulation; Attention; Bibliographic review.

1. INTRODUÇÃO

A música está presente em diferentes contextos da vida humana, acompanhando momentos de lazer, estudo, trabalho, interação social e expressão de sentimentos. Além de sua dimensão artística e cultural, ela tem sido objeto de investigação científica por suas relações com diferentes processos psicológicos, especialmente

aqueles relacionados às emoções e à cognição. Segundo Galvão (2006), a experiência musical envolve aspectos cognitivos, emocionais e metacognitivos, demonstrando que sua relação com o funcionamento psicológico não se limita à percepção dos sons. Nesse sentido, investigar a música permite compreender como diferentes processos psicológicos podem atuar de maneira articulada durante a experiência musical.

Entre os aspectos psicológicos relacionados à música, destaca-se a experiência emocional. As respostas emocionais provocadas ou acompanhadas pela música podem variar conforme as características do estímulo musical e as experiências individuais. Juslin e Västfjäll (2008) discutem diferentes mecanismos envolvidos nas respostas emocionais à música, ressaltando a complexidade desse fenômeno. Assim, a relação entre música e emoção constitui um campo relevante de investigação, pois envolve a interação entre estímulos sonoros, interpretações individuais e respostas afetivas.

Nesse contexto, a regulação emocional merece atenção por estar relacionada à maneira como os indivíduos vivenciam, expressam e manejam suas emoções diante de diferentes situações. A música pode ser utilizada como recurso para reconhecer, expressar ou modificar estados emocionais, embora suas possíveis contribuições não sejam iguais para todas as pessoas ou circunstâncias. Moore (2013), ao revisar estudos sobre os efeitos neurais da música na regulação emocional, apresenta contribuições para a compreensão dessa relação e suas implicações para a prática da musicoterapia. De maneira complementar, Dingle, Hodges e Kunde (2016) investigaram um programa de regulação emocional baseado na escuta musical com adolescentes, contribuindo para a discussão sobre a utilização da música em contextos educacionais.

Além da dimensão emocional, a música também se relaciona a processos cognitivos, entre eles a atenção. Esse processo participa da seleção e da manutenção do foco em estímulos ou atividades, podendo ser influenciado pelas características da tarefa e do ambiente. Janata, Tillmann e Bharucha (2002) investigaram o envolvimento de mecanismos de atenção e memória de trabalho durante a escuta de música polifônica. Mais recentemente, Mendes, Diniz e Miranda (2021) revisaram a literatura sobre os efeitos da escuta musical na atenção, contribuindo para a discussão das evidências disponíveis sobre essa relação. Esses estudos demonstram a importância de analisar a música e os processos atencionais considerando as condições em que a experiência musical ocorre.

A escolha do tema justifica-se pela presença da música em diferentes situações cotidianas e pela necessidade de compreender suas possíveis relações com o funcionamento psicológico. Reunir e discutir a produção científica sobre música, regulação emocional e atenção pode contribuir para identificar aproximações entre os resultados encontrados, reconhecer diferenças entre as investigações e compreender os limites das evidências disponíveis. Essa discussão também é relevante para a Psicologia, pois permite examinar a experiência musical sem atribuir a ela efeitos universais ou desconsiderar as particularidades individuais e contextuais.

Compreender essas relações exige considerar que a experiência musical não ocorre de maneira isolada. As respostas de cada indivíduo podem estar relacionadas às características da música, ao contexto em que ela é escutada, às experiências anteriores e aos objetivos envolvidos na escuta. Bortz et al. (2020), ao discutirem as relações entre música, emoção e funções executivas, contribuem

para a compreensão da interação entre diferentes dimensões do funcionamento psicológico. Dessa forma, a análise da literatura deve considerar tanto as possíveis contribuições da experiência musical quanto a diversidade dos resultados apresentados pelos estudos.

Diante desse contexto, este artigo parte da seguinte questão norteadora: quais relações entre a música, a regulação emocional e a atenção são apresentadas pela literatura científica? A partir dessa questão, busca-se compreender como as pesquisas discutem a participação da música nos processos emocionais e atencionais, considerando as contribuições e os limites dos conhecimentos produzidos sobre o tema.

Assim, o objetivo geral deste artigo é analisar, por meio de uma revisão bibliográfica, as relações entre a música, a regulação emocional e a atenção. Como objetivos específicos, pretende-se identificar estudos científicos que abordem a relação entre música e regulação emocional; analisar as discussões presentes na literatura sobre música e atenção; e reunir os principais conhecimentos produzidos acerca das relações entre a música e esses processos psicológicos.

Quanto aos procedimentos metodológicos, este estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica, de abordagem qualitativa, desenvolvida a partir da análise de publicações científicas relacionadas à música, à regulação emocional e à atenção. O conjunto de referências utilizado contempla trabalhos publicados entre 2002 e 2024. Para a localização e consulta dos estudos, foram consideradas plataformas e fontes de publicação científica, incluindo SciELO, PePSIC, OPUS/ANPPOM, Frontiers, PubMed, MDPI e Oxford

Academic, conforme a disponibilidade das publicações selecionadas.

O material analisado reúne pesquisas empíricas e revisões da literatura, selecionadas de acordo com sua pertinência ao tema e sua contribuição para os objetivos propostos. Posteriormente, as referências foram organizadas segundo os eixos temáticos do artigo e analisadas qualitativamente, buscando identificar as principais contribuições, aproximações e diferenças entre os estudos consultados.

2. RELAÇÕES ENTRE MÚSICA E PROCESSOS PSICOLÓGICOS

2.1. Música, Cognição e Funções Cognitivas

A música está presente em diferentes situações da experiência humana e estabelece relações com diversos processos psicológicos. Sua experiência ultrapassa a percepção dos sons, envolvendo aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais que participam da maneira como o indivíduo percebe, interpreta e responde aos estímulos musicais. A atividade musical pode mobilizar processos como atenção, memória, aprendizagem, planejamento e funções executivas, demonstrando que a relação entre música e funcionamento psicológico envolve diferentes dimensões que atuam de maneira articulada (Galvão, 2006; Bortz et al., 2020).

A relação entre música e cognição também pode ser observada na aprendizagem e na prática musical, que exigem diferentes formas de organização mental. Ao estudar ou executar uma música, o indivíduo precisa estabelecer objetivos, organizar estratégias, acompanhar o próprio desempenho e realizar ajustes diante das dificuldades encontradas. Esses processos envolvem planejamento,

monitoramento e autorregulação, especialmente quando a atividade musical exige prática contínua e aperfeiçoamento de habilidades. Nesse sentido, a experiência musical pode estar relacionada ao desenvolvimento de diferentes processos cognitivos (Galvão, 2006; Yurgil et al., 2020).

A relação entre música e memória também pode ser observada a partir da influência das características emocionais da experiência musical. Nineuil, Dellacherie e Samson (2020) investigaram a relação entre emoção e memória musical, indicando que aspectos emocionais podem participar dos processos relacionados à consolidação de informações musicais. Essa relação demonstra que a experiência musical pode envolver simultaneamente componentes emocionais e cognitivos, contribuindo para compreender a complexidade dos processos psicológicos mobilizados pela música.

Além dos aspectos cognitivos, a experiência musical também apresenta uma importante dimensão relacionada às emoções. Diferentes características musicais podem despertar respostas afetivas e participar da maneira como os indivíduos percebem e organizam suas experiências emocionais. Estudos sobre habilidade musical também apontam relações entre a experiência com música e determinados componentes das funções executivas, embora esses resultados possam variar conforme o processo cognitivo investigado. Dessa forma, a relação entre música e funcionamento psicológico envolve tanto aspectos cognitivos quanto emocionais (Schellenberg, 2016; Bortz et al., 2020).

A prática musical também tem sido investigada em relação à memória de trabalho, processo cognitivo envolvido na manutenção

e manipulação temporária de informações relevantes para determinada atividade. Yurgil et al. (2020), em uma revisão da literatura, discutem evidências que relacionam o treinamento musical ao desempenho em tarefas de memória de trabalho, além de apresentarem relações com componentes das funções executivas. Os autores também destacam que músicos podem apresentar diferenças em tarefas que envolvem o armazenamento e o processamento de informações, indicando a importância de investigar como a experiência musical se relaciona com diferentes aspectos do funcionamento cognitivo.

A experiência musical também pode ser compreendida a partir da interação entre diferentes processos neurocognitivos. Andrade e Konkiewitz (2011) discutem que a música envolve aspectos psicológicos e neurocognitivos relacionados ao funcionamento cerebral, além de apresentar relações cognitivas e neurofuncionais com a linguagem. Essa perspectiva amplia a compreensão da música como uma experiência que mobiliza diferentes sistemas envolvidos na percepção e na organização das informações, evidenciando que seu processamento não ocorre de maneira isolada, mas por meio da interação entre diferentes funções cognitivas.

O treinamento musical também pode estar relacionado ao desenvolvimento de habilidades envolvidas no processamento das informações auditivas. Engel, Bueno e Sleifer (2019), em uma revisão sistemática, analisaram estudos sobre a contribuição do treinamento musical para as habilidades de processamento auditivo em crianças. Os resultados discutidos pelas autoras evidenciam a existência de investigações que relacionam a experiência musical ao modo como informações sonoras são recebidas e processadas,

ampliando a compreensão dos processos cognitivos envolvidos na experiência musical.

A partir dessa perspectiva, compreender a música como experiência psicológica permite reconhecer que seus efeitos não podem ser reduzidos a um único mecanismo ou resultado. A interação entre aspectos cognitivos e emocionais pode variar conforme a atividade realizada, as características do estímulo musical e as condições individuais. Moore (2013) destaca mecanismos relacionados à influência da música sobre processos emocionais, contribuindo para ampliar essa compreensão. Assim, essa discussão oferece base para analisar, nos próximos subtópicos, as relações específicas entre música, regulação emocional e atenção (Moore, 2013; Bortz et al., 2020).

2.2. Música e Regulação Emocional

A regulação emocional envolve processos utilizados pelos indivíduos para compreender, manejar e modificar suas respostas emocionais diante de diferentes situações. Nesse contexto, a música pode assumir diferentes funções na experiência emocional, sendo utilizada para modificar estados de humor, favorecer o relaxamento, expressar sentimentos ou acompanhar determinadas experiências. A escolha musical pode estar relacionada às necessidades emocionais percebidas pelo indivíduo em diferentes momentos, tornando a música um recurso presente nas estratégias cotidianas de manejo das emoções (Dingle; Hodges; Kunde, 2016; Moore, 2013).

A utilização da música para lidar com emoções pode ocorrer de diferentes maneiras, dependendo das características da experiência musical e dos objetivos buscados pelo indivíduo. Algumas pessoas

podem recorrer à música para intensificar determinada emoção, enquanto outras podem utilizá-la para reduzir sentimentos desagradáveis ou alcançar um estado emocional diferente. Dessa forma, a música não apresenta necessariamente um efeito emocional único, pois sua influência pode depender do contexto, das características da canção e da relação estabelecida pelo indivíduo com aquela experiência (De Witte et al., 2020; Chong; Kim; Kim, 2024).

A relação entre música e regulação emocional também pode ser observada em contextos de atuação psicológica. Neves e Souza (2018), ao analisarem uma experiência de intervenção com música no contexto escolar, identificaram a música como uma materialidade capaz de participar da transformação de emoções e sentimentos, favorecendo a construção de sentidos e significados pelos participantes. Esses resultados permitem compreender que a experiência musical pode assumir uma função mediadora na vivência emocional, especialmente quando inserida em um contexto de interação e reflexão, ampliando as possibilidades de compreensão da música no campo da Psicologia.

Estudos voltados à utilização da música em contextos de intervenção também apresentam contribuições para compreender essa relação. Dingle, Hodges e Kunde (2016), ao investigarem um programa de regulação emocional baseado na escuta musical, encontraram resultados relacionados à utilização da música como estratégia de manejo das emoções. De forma semelhante, revisões sobre intervenções musicais indicam possíveis efeitos sobre aspectos relacionados ao estresse e ao bem-estar, embora os resultados possam variar conforme o tipo de intervenção e as

características dos participantes (De Witte et al., 2020; Geipel et al., 2018).

As respostas emocionais provocadas pela música também podem ocorrer por diferentes mecanismos psicológicos. Juslin e Västfjäll (2008) discutem que a música pode desencadear emoções por meio de processos como contágio emocional, evocação de memórias episódicas, imagens mentais e expectativas musicais. Esses mecanismos ajudam a compreender por que uma mesma experiência musical pode produzir respostas emocionais diferentes entre os indivíduos, considerando tanto as características da música quanto as experiências e associações pessoais envolvidas na escuta.

A dimensão social também pode estar presente na relação entre música e regulação emocional, especialmente quando a experiência musical ocorre de forma compartilhada. Atividades como cantar, tocar instrumentos ou participar de experiências musicais coletivas podem envolver processos de interação e vínculo entre os participantes, relacionando a experiência musical não apenas às respostas individuais, mas também às relações estabelecidas no contexto em que ela ocorre. Dessa maneira, compreender a música como elemento relacionado à regulação emocional também exige considerar as características sociais e ambientais presentes na experiência, uma vez que esses fatores podem influenciar a forma como as respostas emocionais são vivenciadas e reguladas (Chu; Tsai, 2026).

Dessa forma, a música pode ser compreendida como um recurso relacionado a diferentes estratégias de regulação emocional, mas seus efeitos precisam ser analisados considerando o contexto e as características individuais. A literatura demonstra que não é

adequado atribuir à música um efeito emocional universal, uma vez que diferentes experiências musicais podem produzir respostas distintas. Compreender essa relação exige considerar a interação entre características da música, experiências pessoais e objetivos relacionados ao manejo das emoções, contribuindo para o aprofundamento da discussão sobre música e processos psicológicos (Moore, 2013; Chong; Kim; Kim, 2024).

2.3. Música e Atenção

A atenção constitui um processo psicológico fundamental para a realização de diferentes atividades, estando relacionada à capacidade de selecionar, direcionar e manter os recursos cognitivos diante de determinados estímulos ou tarefas. Nesse contexto, a música apresenta características que podem mobilizar processos atencionais, uma vez que sua percepção envolve elementos como ritmo, melodia, intensidade e organização temporal. A relação entre música e atenção tem sido investigada por diferentes áreas, demonstrando que a experiência musical pode envolver mecanismos relacionados à seleção e à manutenção do foco atencional (Rosário; Loureiro; Gomes, 2020; Janata; Tillmann; Bharucha, 2002).

A relação entre música e atenção também pode ser compreendida a partir do processamento das informações auditivas. Braz et al. (2021), em uma revisão sistemática sobre as implicações da prática musical no processamento auditivo central, analisaram evidências relacionadas às habilidades envolvidas na percepção e no processamento dos sons. Os autores destacam que a prática e o treinamento musical podem estar associados ao aprimoramento de determinadas habilidades auditivas, indicando que a experiência

musical envolve processos de organização e análise dos estímulos sonoros que também podem se relacionar ao funcionamento atencional.

Além do processamento das informações auditivas, a experiência musical também envolve a capacidade de selecionar e organizar informações sonoras diante de diferentes estímulos. Engel, Bueno e Sleifer (2019) destacam que o processamento auditivo envolve habilidades como compartilhar a atenção entre estímulos, selecionar informações auditivas relevantes na presença de outros sons e diferenciar características como frequência, intensidade e duração. Nesse sentido, a experiência musical pode ser relacionada a processos que exigem atenção direcionada aos elementos sonoros, contribuindo para compreender a complexidade do funcionamento atencional durante a percepção musical.

A atenção sustentada também pode ser considerada na relação entre experiência musical e funcionamento cognitivo. Em um estudo realizado com idosos saudáveis, a participação em atividades de improvisação musical foi investigada em relação a aspectos do funcionamento executivo e atencional. Os resultados indicaram ganhos em uma medida relacionada à atenção sustentada após a intervenção, embora esses ganhos tenham ocorrido independentemente do grupo de intervenção. Dessa forma, os resultados contribuem para a discussão sobre a relação entre atividades musicais e processos atencionais, sem permitir afirmar que a intervenção musical, isoladamente, tenha sido responsável pelos resultados observados (Santos et al., 2021).

A influência da música sobre a atenção pode variar de acordo com as características da atividade realizada, do estímulo musical e do

próprio indivíduo. Uma revisão da literatura sobre os efeitos da música na atenção identificou resultados relacionados à melhora do desempenho em algumas tarefas atencionais, tanto pela escuta musical quanto pela relação entre música, humor e motivação. Entretanto, a diversidade dos métodos utilizados nos estudos dificulta a generalização desses resultados, indicando que os efeitos da música sobre a atenção precisam ser analisados considerando as condições específicas de cada situação (Mendes; Diniz; Miranda, 2021; Fernandez; Trost; Vuilleumier, 2019).

A própria escuta musical também pode envolver diferentes níveis de processamento cognitivo. Durante uma escuta atenta, o indivíduo pode direcionar seus recursos para elementos específicos da música, como instrumentos, ritmos ou mudanças melódicas, envolvendo mecanismos relacionados à atenção e à memória de trabalho. Estudos experimentais indicam que a escuta de músicas com múltiplos elementos sonoros pode recrutar circuitos associados a esses processos cognitivos, evidenciando que a experiência musical pode exigir diferentes formas de direcionamento da atenção (Janata; Tillmann; Bharucha, 2002; Koshimori; Thaut, 2019).

Dessa forma, a relação entre música e atenção deve ser compreendida considerando tanto as características do estímulo musical quanto as condições em que a atividade ocorre. A música pode participar de experiências que envolvem concentração e processamento de informações, mas seus efeitos não devem ser considerados universais, pois podem variar conforme a tarefa, o contexto e as características individuais. Assim, a literatura analisada contribui para compreender a atenção como um processo que pode interagir com a experiência musical de diferentes maneiras,

reforçando a importância de novas investigações sobre essa relação (Mendes; Diniz; Miranda, 2021; Koshimori; Thaut, 2019).

3. CONSIDERAÇÕES E RESULTADOS

O presente estudo teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão bibliográfica, as relações entre música, regulação emocional e atenção. A análise da literatura permitiu compreender que a experiência musical se relaciona a diferentes processos cognitivos e emocionais, evidenciando que essas relações dependem das características dos estímulos musicais, das atividades realizadas e das condições individuais.

Em relação aos processos cognitivos, a análise da literatura permitiu identificar relações entre a experiência musical e diferentes funções cognitivas, como atenção, memória e aprendizagem, além de aspectos relacionados às funções executivas. Os estudos examinados também apresentaram relações entre treinamento musical, memória de trabalho e processamento das informações sonoras. Entretanto, os resultados variaram conforme as características das investigações, não permitindo concluir que a prática musical produza os mesmos efeitos em todos os indivíduos.

Quanto à regulação emocional, os estudos analisados indicaram que a música foi utilizada como recurso para lidar com estados emocionais, expressar sentimentos e modificar experiências afetivas em diferentes contextos. A literatura também evidenciou que a relação entre música e emoções esteve associada às experiências pessoais, aos significados atribuídos às composições e às situações em que a escuta ocorreu. Dessa forma, concluiu-se que a música

esteve relacionada a diferentes estratégias de regulação emocional, sem apresentar efeitos uniformes para todas as pessoas.

No que se refere à atenção, os estudos examinados demonstraram que a experiência musical envolveu processos relacionados à seleção e à manutenção do foco atencional. A literatura também apresentou investigações sobre a influência da música de fundo no desempenho de tarefas e sobre a relação entre treinamento musical e processamento auditivo. Entretanto, os resultados encontrados foram variáveis, indicando que a relação entre música e atenção dependeu das características do estímulo sonoro, das exigências da tarefa e das condições em que a atividade ocorreu.

Para a realização deste estudo, foram consideradas publicações científicas relacionadas à temática, disponibilizadas em plataformas e bases de dados como SciELO, PePSIC, OPUS/ANPPOM, Frontiers, PubMed, MDPI e Oxford Academic. A consulta a essas fontes contribuiu para reunir estudos e revisões que fundamentaram a discussão das relações entre música, regulação emocional e atenção. A identificação dessas plataformas também permitiu situar as fontes utilizadas na composição da revisão bibliográfica, devendo corresponder às consultas efetivamente realizadas durante o levantamento.

Diante da análise realizada, concluiu-se que a música apresentou relações relevantes com os processos cognitivos, a regulação emocional e a atenção, conforme discutido nas publicações examinadas. Contudo, a diversidade de métodos, participantes e contextos presentes nos estudos impediu a generalização dos resultados para todas as situações. Assim, a revisão permitiu compreender as principais relações investigadas na literatura,

respeitando os limites das evidências disponíveis e do próprio método bibliográfico adotado.

Por fim, o estudo alcançou seu objetivo ao reunir e discutir contribuições científicas sobre as relações entre música, regulação emocional e atenção. A análise evidenciou a importância de considerar as características individuais, os contextos de utilização da música e as particularidades de cada investigação para interpretar os resultados. Embora a literatura examinada tenha contribuído para ampliar a compreensão do tema, a continuidade das pesquisas permanece relevante para aprofundar o conhecimento sobre essas relações em diferentes populações e contextos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Paulo Estêvão; KONKIEWITZ, Elisabete Castelon. Música e cérebro: uma janela para o entendimento do funcionamento interativo do cérebro. **Ciências & Cognição**, v. 16, n. 1, p. 137–164, 2011.

BORTZ, Graziela; JACKOWSKI, Andrea Parolin; ILARI, Beatriz; COGO-MOREIRA, Hugo; GERMANO, Nayana Di Giuseppe; LÚCIO, Patrícia Silva. Música, emoção e funções executivas: revisão narrativa da literatura. *Opus*, v. 26, n. 3, p. 1–30, 2020. DOI: <https://doi.org/10.20504/opus2020c2614>.

BRAZ, Cinthya Heloisa; GONÇALVES, Laura Faustino; PAIVA, Karina Mary de; HAAS, Patricia; PATATT, Fernanda Soares Aurélio. Implicações da prática musical no processamento auditivo central: uma revisão sistemática. *Brazilian Journal of Otorhinolaryngology*, v. 87, n. 2, p. 217–226, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bjorl.2020.10.007>.

CHONG, Hyun Ju; KIM, Hyeon Joo; KIM, Bohyun. Scoping review on the use of music for emotion regulation. *Behavioral Sciences*, v. 14, n. 9, art. 793, 2024. DOI: <https://doi.org/10.3390/bs14090793>.

DE WITTE, Martina; SPRUIT, Anouk; VAN HOOREN, Susan; MOONEN, Xavier; STAMS, Geert-Jan. Effects of music interventions on stress-related outcomes: a systematic review and two meta-analyses. *Health Psychology Review*, v. 14, n. 2, p. 294–324, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1080/17437199.2019.1627897>.

DINGLE, Genevieve A.; HODGES, Joseph; KUNDE, Ashleigh. Tuned In Emotion Regulation Program Using Music Listening: effectiveness for adolescents in educational settings. *Frontiers in Psychology*, v. 7, art. 859, 2016. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00859>.

ENGEL, Ana Clara; BUENO, Claudine Devicari; SLEIFER, Pricila. Treinamento musical e habilidades do processamento auditivo em crianças: revisão sistemática. *Audiology – Communication Research*, v. 24, e2116, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/2317-6431-2018-2116>.

FERNANDEZ, Natalia B.; TROST, Wiebke J.; VUILLEUMIER, Patrik. Brain networks mediating the influence of background music on selective attention. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, v. 14, n. 12, p. 1441–1452, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1093/scan/nsaa004>.

GALVÃO, Afonso. Cognição, emoção e expertise musical. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 22, n. 2, p. 169–174, 2006. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722006000200006>.

GEIPEL, Josephine; KOENIG, Julian; HILLECKE, Thomas K.; RESCH, Franz; KAEISS, Michael. Music-based interventions to reduce internalizing symptoms in children and adolescents: a meta-analysis.

Journal of Affective Disorders, v. 225, p. 647–656, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.08.035>.

JANATA, Petr; TILLMANN, Barbara; BHARUCHA, Jamshed J. Listening to polyphonic music recruits domain-general attention and working memory circuits. Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience, v. 2, n. 2, p. 121–140, 2002. DOI: <https://doi.org/10.3758/CABN.2.2.121>.

JUSLIN, Patrik N.; VÄSTFJÄLL, Daniel. Emotional responses to music: the need to consider underlying mechanisms. Behavioral and Brain Sciences, v. 31, n. 5, p. 559–575, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0140525X08005293>.

KOSHIMORI, Yuko; THAUT, Michael H. New perspectives on music in rehabilitation of executive and attention functions. Frontiers in Neuroscience, v. 13, art. 1245, 2019. DOI: <https://doi.org/10.3389/fnins.2019.01245>.

MENDES, Camila Guimarães; DINIZ, Luiza Araújo; MIRANDA, Débora Marques. Does music listening affect attention? A literature review. Developmental Neuropsychology, v. 46, n. 3, p. 192–212, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1080/87565641.2021.1905816>.

MOORE, Kimberly Sena. A systematic review on the neural effects of music on emotion regulation: implications for music therapy practice. Journal of Music Therapy, v. 50, n. 3, p. 198–242, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1093/jmt/50.3.198>.

NEVES, Maura Assad Pimenta; SOUZA, Vera Lúcia Trevisan de. Música e psicologia na escola: mobilizando afetos na classe de recuperação. Psicologia Escolar e Educacional, v. 22, n. 1, p. 17–25, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-35392018019065>.

NINEUIL, Clémence; DELLACHERIE, Delphine; SAMSON, Séverine. The impact of emotion on musical long-term memory. *Frontiers in Psychology*, v. 11, art. 2110, 2020. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02110>.

ROSÁRIO, Verônica Magalhães; LOUREIRO, Cybelle Maria Veiga; GOMES, Cristiano Mauro Assis. A relação entre música e atenção: fundamentos, evidências neurocientíficas e reabilitação. *Per Musi*, n. 40, p. 1-18, 2021. DOI: <https://doi.org/10.35699/2317-6377.2020.14912>.

SANTOS, Marcelo Rabello dos et al. **Efeitos da improvisação musical como intervenção cognitiva e motora para idosos.** *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 38, e190132, 2021.

YURGIL, Kate A.; VELASQUEZ, Miguel A.; WINSTON, Jenna L.; REICHMAN, Noah B.; COLOMBO, Paul J. Music training, working memory, and neural oscillations: a review. *Frontiers in Psychology*, v. 11, art. 266, 2020. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00266>.

¹ Acadêmico do Curso de Psicologia da Faculdade de Educação Santa Terezinha – FEST, Imperatriz-MA. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Professora Especialista do Curso de Psicologia da Faculdade de Educação Santa Terezinha – FEST, Imperatriz MA. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)