REVISTA TÓPICOS
ISSN 2965-6672 | Qualis A2

SINTONIZANDO A CURA: A BUSCA DA POPULAÇÃO LGBTQIAPN+ PELA MÚSICA COMO EXPRESSÃO DE SAÚDE MENTAL E PROTEÇÃO EMOCIONAL

TUNING INTO HEALING: THE SEARCH OF THE LGBTQIAPN+ POPULATION FOR MUSIC AS AN EXPRESSION OF MENTAL HEALTH AND EMOTIONAL PROTECTION

Ciências Humanas, Ciências da Saúde, Linguística & Letras e Artes •

21/11/2026

REGISTRO DOI: 10.70773/revistatopicos/795001162

Maykel Douglas Pereira Costa[1]

Vivian de Oliveira da Paz[2]

RESUMO

O presente artigo científico investiga o papel da Musicoterapia como um recurso estratégico para a promoção da saúde mental e proteção emocional da população LGBTQIAPN+. Diante de um cenário social frequentemente marcado pelo estresse de minoria, discriminação e vulnerabilidade psíquica, a busca por espaços seguros de acolhimento torna-se indispensável. Nesse contexto, a expressão sonora e a experiência musical emergem não apenas como manifestações artísticas, mas como um refúgio subjetivo capaz de favorecer a autorregulação emocional, a redução da ansiedade e o fortalecimento do bem-estar. O objetivo deste trabalho é analisar como as intervenções musicoterapêuticas atuam na construção de um ambiente de cuidado inclusivo, onde o fazer musical possibilita a elaboração de vivências singulares, a ressignificação do sofrimento e o resgate da identidade. A metodologia consiste em uma pesquisa bibliográfica de abordagem qualitativa, fundamentada na literatura contemporânea sobre Musicoterapia, saúde mental e diversidade de gênero e sexualidade. Os resultados apontam que a música atua como uma ferramenta eficaz na prevenção de agravos à saúde psíquica, oferecendo um abrigo terapêutico qualificado e promovendo a resiliência interpessoal. Conclui-se que a consolidação de práticas musicoterapêuticas sensíveis às demandas LGBTQIAPN+ é fundamental para ampliar o acesso a formas humanizadas e não estigmatizantes de cuidado em saúde mental.

Palavras-chave: Musicoterapia; Saúde mental; LGBTQIAPN+.

ABSTRACT

This scientific article investigates the role of Music Therapy as a strategic resource for promoting mental health and emotional protection of the LGBTQIAPN+ population. Faced with a social

scenario often marked by minority stress, discrimination, and psychological vulnerability, the search for safe welcoming spaces becomes indispensable. In this context, sound expression and the musical experience emerge not only as artistic manifestations but as a subjective refuge capable of fostering emotional self-regulation, anxiety reduction, and the strengthening of well-being. The objective of this work is to analyze how music therapy interventions act in building an inclusive care environment, where music-making enables the elaboration of singular experiences, the reframing of suffering, and the recovery of identity. The methodology consists of a bibliographic research with a qualitative approach, grounded in contemporary literature on Music Therapy, mental health, and gender and sexuality diversity. The results indicate that music acts as an effective tool in the prevention of harms to mental health, offering a qualified therapeutic shelter and promoting interpersonal resilience. It is concluded that the consolidation of music therapy practices sensitive to LGBTQIAPN+ demands is fundamental to expanding access to humanized and non-stigmatizing forms of mental health care.
Keywords: Music Therapy; Mental health; LGBTQIAPN+.

1. INTRODUÇÃO

A saúde mental da população LGBTQIAPN+ é atravessada por desafios complexos e profundos decorrentes das estruturas de opressão e do viés heteronormativo vigentes na sociedade brasileira. A exposição diária à discriminação, ao estigma e à rejeição impacta diretamente o bem-estar psicológico dessa comunidade, caracterizando o fenômeno do estresse de minoria (Costa et al., 2020) e resultando em elevados índices de sofrimento psíquico, ansiedade e depressão (Silva et al., 2021). Diante dessa

vulnerabilidade contínua, torna-se premente a busca por espaços de acolhimento e práticas terapêuticas que ofereçam suporte emocional não estigmatizante. Nesse cenário, a arte e a expressão musical surgem não apenas como manifestação cultural, mas como um refúgio e abrigo subjetivo para a elaboração de vivências afetivas de populações marginalizadas.

O presente estudo delimita-se à análise da Musicoterapia enquanto disciplina científica e prática de cuidado voltada à promoção da saúde mental e à proteção emocional da população LGBTQIAPN+. Embora o uso informal da música seja um recurso comum de autorregulação no cotidiano, a intervenção musicoterapêutica estruturada utiliza os elementos sonoro-musicais para atuar intencionalmente sobre as demandas psíquicas, promovendo a reconstrução da subjetividade e a expressão afetiva (Ribeiro; Pedrosa; Magalhães, 2021).

Frente a essa perspectiva, formula-se a seguinte questão norteadora: De que maneira as intervenções e os recursos da Musicoterapia podem atuar sistematicamente como um canal de refúgio, promoção da saúde mental e proteção emocional para a população LGBTQIAPN+?

A relevância desta pesquisa fundamenta-se na urgência de ampliar produções acadêmicas e práticas clínicas que compreendam as especificidades da diversidade de gênero e sexualidade no contexto da saúde. No âmbito acadêmico, o trabalho contribui para reduzir a lacuna de publicações nacionais sobre as interfaces entre a Musicoterapia e os estudos sobre diversidade sexual e de gênero (Ribeiro; Pedrosa; Magalhães, 2021). No campo social, justifica-se pela necessidade de validar estratégias terapêuticas humanizadas e não

estigmatizantes que fortaleçam a resiliência interpessoal e auxiliem na prevenção do sofrimento psicológico (Silva Junior; Silva; Mota, 2025).

Diante dessa problemática, o objetivo deste trabalho é analisar a Musicoterapia como uma ferramenta de promoção da saúde mental e proteção emocional para a população LGBTQIAPN+, mapeando os impactos do estresse de minoria no psiquismo dessa comunidade, investigando o papel da expressão musical como espaço de abrigo e regulação afetiva, e identificando as contribuições das técnicas musicoterapêuticas no fortalecimento da subjetividade e na prevenção de agravos emocionais.

Para responder ao problema proposto, adotou-se como método a pesquisa bibliográfica de abordagem qualitativa (Gil, 2008). A coleta de dados foi realizada por meio de mapeamento e análise crítica de artigos científicos, dissertações e publicações acadêmicas nacionais que articulam a Musicoterapia, a saúde mental e os estudos de gênero e sexualidade.

Em suma, os principais resultados teóricos apontam que a Musicoterapia funciona como um potente refúgio terapêutico, capaz de propiciar a redução de estados de ansiedade, a ressignificação de vivências estressantes e o resgate da autoestima e do pertencimento. Como considerações finais, o estudo reitera que a consolidação de práticas musicoterapêuticas atentas e sensíveis às pautas da população LGBTQIAPN+ é fundamental para fortalecer o acesso a modelos de saúde mental integrativos, inclusivos e humanizados.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1. O Estresse de Minoria e a Vulnerabilidade Psíquica da População LGBTQIAPN+

A compreensão da saúde mental da população LGBTQIAPN+ exige o exame das intersecções entre a constituição psíquica do sujeito e as dinâmicas sociais de opressão em que ele está inserido. O conceito fundamental para esta análise é o de "estresse de minoria", formulado originalmente por Meyer (2003) no campo da psicologia social e da epidemiologia psiquiátrica. Segundo Meyer (2003), indivíduos pertencentes a grupos estigmatizados são submetidos a um estresse psicossocial crônico, único e aditivo, decorrente da exposição contínua a estruturas sociais hostis. Essa sobrecarga psíquica desdobra-se em processos estressores objetivos (como episódios de violência, discriminação interpessoal e rejeição institucional) e subjetivos (como a antecipação constante do preconceito, a vigilância sobre os próprios comportamentos e a homofobia/transfobia internalizada).

No cenário brasileiro, Costa et al. (2020) e Silva et al. (2021) validam e expandem a teoria do estresse de minoria ao demonstrar como o viés cisnormativo e heteronormativo da sociedade nacional agrava esse quadro de vulnerabilidade. Costa et al. (2020) destacam que a vivência sob o medo permanente da violência e da negação de direitos impõe aos sujeitos LGBTQIAPN+ um estado de hipervigilância que consome recursos cognitivos e afetivos substanciais. Em complementariedade, Silva et al. (2021) apontam que essa exposição prolongada a ambientes desfavoráveis relaciona-se diretamente com os elevados índices de ansiedade, depressão, ideação suicida e isolamento social observados nessa população, ressaltando que o sofrimento psíquico não decorre da orientação

sexual ou identidade de gênero em si, mas do impacto da exclusão estrutural sobre a psique.

Aprofundando essa perspectiva sob a ótica da saúde coletiva, Silva Junior, Silva e Mota (2025) argumentam que a patologização e a estigmatização das vivências LGBTQIAPN+ atuam como determinantes sociais de saúde que fragilizam as redes formais e informais de apoio. A negação do reconhecimento e o apagamento das identidades geram uma dor existencial profunda, exigindo do indivíduo a busca por mecanismos contínuos de enfrentamento e autoproteção emocional. Os autores convergem ao enfatizar que as abordagens tradicionais de saúde mental frequentemente falham ao tratar o sofrimento dessa população de maneira isolada ou puramente sintomática, desconsiderando que a restauração do bem-estar psíquico depende da validação da subjetividade e da construção de espaços de acolhimento seguros e desprovidos de julgamento.

Em síntese, o panorama teórico evidencia que o estresse de minoria impõe à população LGBTQIAPN+ um estado de vulnerabilidade emocional contínuo, onde o preconceito e a rejeição estruturais minam os recursos de autorregulação e causam profundo sofrimento psíquico. Diante de um meio social que frequentemente desvalida suas existências, torna-se imperativo que o cuidado em saúde mental ofereça estratégias que ultrapassem o modelo clínico convencional. É nesse contexto de busca por abrigo e fortalecimento da subjetividade que a experiência musical se projeta não apenas como arte, mas como um refúgio e canal de regulação afetiva essencial, conforme será discutido a seguir.

2.2. A Experiência Musical Como Refúgio Emocional e Promoção do Bem-Estar

A análise da música enquanto fenômeno humano ultrapassa a mera apreciação estética, revelando sua função primordial como espaço de abrigo, regulação afetiva e construção identitária. Ao examinar a trajetória histórica das populações marginalizadas no Brasil, Palomino (1999) demonstra como a comunidade LGBTQIAPN+ encontrou na cultura da noite e nos cenários de música eletrônica um canal legítimo de expressão e pertencimento. A autora evidencia que a pista de dança e a experiência sonora compartilhada articulavam um território de liberdade e autoproteção diante de uma sociedade discriminatória, onde corpos e subjetividades dissidentes podiam existir sem o peso da censura social.

Essa perspectiva sócio-histórica registrada por Palomino (1999) encontra ressonância e sustentação nas formulações de Ribeiro, Pedrosa e Magalhães (2021) e de Silva Junior, Silva e Mota (2025) acerca da promoção da saúde mental. Enquanto Palomino (1999) documenta empiricamente a busca espontânea pela música como estratégia coletiva de sobrevivência e sociabilidade, Ribeiro, Pedrosa e Magalhães (2021) teorizam que a linguagem musical atua na esfera subjetiva permitindo a vazão e a elaboração de conteúdos afetivos que a palavra falada muitas vezes não consegue traduzir. Articulando esse raciocínio com os achados de Silva Junior, Silva e Mota (2025) sobre os impactos da exclusão, percebe-se que a vivência musical atua diretamente na atenuação do sofrimento psíquico, oferecendo um contraponto à hostilidade cotidiana e favorecendo a reorganização dos estados emocionais e a reconstrução da autoimagem.

Este eixo teórico contribui decisivamente para a compreensão do objeto e do problema de pesquisa ao demonstrar que a busca da população LGBTQIAPN+ pela música não é um ato casual, mas uma resposta histórica e psicossocial à necessidade de refúgio emocional. Ao relacionar as vivências comunitárias na noite (Palomino, 1999) com os processos de regulação afetiva intermediados pelo som (Ribeiro, Pedrosa & Magalhães, 2021), compreende-se como a experiência musical atua como um recurso de proteção psíquica capaz de amenizar os efeitos do estresse de minoria. Dessa forma, fundamenta-se o entendimento de que a música possui um potencial terapêutico intrínseco de acolhimento e sustentação da saúde mental diante de cenários de vulnerabilidade.

Em síntese, a literatura articula a experiência musical como um verdadeiro refúgio subjetivo e coletivo, no qual o acolhimento sonoro contrarresta as violências do meio e proporciona um espaço seguro para a expressão das identidades. Contudo, para que esse potencial acolhedor e regulador da música ultrapasse o uso informal e se converta em uma estratégia clínica de cuidado contínuo e estruturado, faz-se necessária a mediação da intervenção profissional. Assim, abre-se espaço para investigar como a ciência da Musicoterapia sistematiza esses recursos em prol da proteção emocional, aspecto que será aprofundado no tópico a seguir.

2.3. A Prática Musicoterapêutica e a Proteção Emocional da Comunidade LGBTQIAPN+

Ao transitar do uso informal da música no cotidiano para a intervenção clínica, a Musicoterapia se consolida como uma disciplina científica dedicada ao estudo do som e da música no contexto da relação terapêutica (Bruscia, 2000). Bruscia (2000)

conceitua a Musicoterapia como um processo sistemático de intervenção no qual o terapeuta ajuda o cliente a promover a saúde, utilizando experiências musicais — como a improvisação, a recriação, a composição e a escuta receptiva — e as relações que se desenvolvem através delas como forças dinâmicas de mudança. No contexto de atendimento à população LGBTQIAPN+, essas vivências sonoro-musicais deixam de ser um mero recurso estético ou recreativo e passam a constituir um enquadre de proteção emocional, autorregulação psíquica e reconstrução identitária.

A integração entre a prática clínica e as demandas específicas dessa população requer o que Ribeiro, Pedrosa e Magalhães (2021) denominam de uma Musicoterapia pautada na equidade e na sensibilidade sociocultural. As autoras argumentam que o fazer musicoterapêutico não é neutro; ele precisa reconhecer as assimetrias de poder e os traumas decorrentes da heteronormatividade e da cisnormatividade. Ao oferecer um canal de expressão predominantemente não verbal, a Musicoterapia permite que sujeitos afetados pelo estresse de minoria e por preconceitos internalizados (Costa et al., 2020; Meyer, 2003) acessem, elaborem e ressignifiquem vivências dolorosas sem o receio do julgamento. A produção sonora em sessão transforma-se, assim, em um espaço de acolhimento e validação das singularidades, no qual a voz, o ritmo e o silêncio do cliente ganham contorno e escuta qualificada.

Articulando esse arcabouço com a perspectiva da saúde coletiva trazida por Silva Junior, Silva e Mota (2025), compreende-se que as técnicas musicoterapêuticas atuam diretamente na prevenção de agravos em saúde mental e na contenção do sofrimento psíquico. Enquanto os ambientes sociais tradicionais muitas vezes exigem do

indivíduo a supressão de sua identidade, o espaço musicoterapêutico funciona como um abrigo terapêutico onde a expressão criativa fortalece a resiliência e o sentimento de autoeficácia. Ao promover a integração entre aspectos cognitivos, afetivos e corporais através do fazer musical, a intervenção atua no alívio de sintomas ansiosos e depressivos, restaurando o pertencimento e a dignidade do sujeito (Silva et al., 2021).

Em síntese, o desenvolvimento deste eixo teórico demonstra que a Musicoterapia oferece os subsídios metodológicos e clínicos necessários para converter o potencial acolhedor da música em um processo estruturado de promoção da saúde mental para a população LGBTQIAPN+. Ao aliar a escuta técnica à sensibilidade política em relação às diversidades de gênero e sexualidade, a prática clínica reafirma seu papel na proteção emocional, na redução de danos psíquicos e na garantia do bem-estar.

2.4. A Voz Como Ferramenta de Resistência e a Performatividade de Gênero

A voz, na Musicoterapia, transcende o aspecto fisiológico; ela é a expressão máxima da identidade. Cruzando a prática clínica com as teorias de Butler (2003), entendemos que o gênero é uma "performatividade" — algo que fazemos repetidamente sob normas sociais. Muitas vezes, essa performance é imposta de forma violenta, forçando indivíduos a esconderem seus timbres e desejos naturais.

> *A subversão das normas de gênero não se dá através de um ato único de vontade, mas na repetição insistente e transgressora de atos" (Butler, 2003, p. 190).*

Ao trabalhar a voz na clínica, o musicoterapeuta atua na linha de frente da resistência. Proporcionar que uma pessoa trans explore novas sonoridades vocais, ou que um jovem homossexual expresse seu afeto através da composição, é um ato de transformação social. Butler (2003) argumenta que a subversão das normas de gênero ocorre justamente na repetição de novos sentidos. Portanto, cada improvisação musical que desafia o "esperado" pela sociedade funciona como um mecanismo de fortalecimento do sujeito, transformando o silêncio histórico em uma sonoridade potente e ativa.

2.5. A Dimensão Sonoro-Musical da Cena LGBT+: A Cultura Drag, a Ballroom e a Sustentação Afetiva em Erika Palomino

A compreensão da música como um vetor primordial de acolhimento e sustentação psíquica da população LGBTQIAPN+ encontra sustentação documental no capítulo "A Cena LGBT+", da obra Babado Forte, de Erika Palomino (1999). Ao registrar a noite paulistana e a emergência da cultura de rua nos anos 1990, a autora coloca a linguagem musical no centro da constituição dessas identidades. Na seção "Life is a Drag", observa-se que a performance drag queen articula-se fundamentalmente pela dublagem (lip sync) e pela apropriação da canção. A escolha do repertório musical, a pulsação do som e a projeção da voz gravada funcionam como extensões da própria subjetividade da artista, permitindo que afetos represados, dores e desejos sejam canalizados e ressignificados por meio da estética musical, constituindo um recurso expressivo de regulação emocional e fortalecimento do self.

Paralelamente, Palomino evidencia como a pulsação sonora do House Music e as batidas marcadas que regem a cultura Ballroom

operam como um verdadeiro invólucro sonoro de proteção. Historicamente estruturada por travestis, mulheres trans e jovens periféricos, a Ballroom utiliza o ritmo e a cadência da música não apenas para embalar o Vogue, mas para criar uma sincronia afetiva e corporal entre os membros das Houses. A repetição rítmica, os acentos percussivos e o ambiente sonoro do baile oferecem uma experiência de contensão psíquica, onde o grupo compartilha a mesma vibração estética para afastar o isolamento e o trauma da rejeição. Conforme observa Palomino (1999, p. 142), o som e a atmosfera da pista convertem-se em um refúgio comunitário:

> *O espaço da noite e da runway não era apenas celebração; era a construção de uma família escolhida, onde a performance do corpo, a dança e o som traduziam o direito de existir sem o peso da rejeição que vinha de fora. Naquela arena, o glamour e a atitude eram as armas contra a invisibilidade.*

Sob o olhar da Musicoterapia, a análise das cenas narradas por Palomino demonstra que a estrutura musical composta por ritmo, melodia, harmonia e intensidade atua diretamente como um determinante protetivo da saúde mental. A música eletrônica das pistas e o fazer musical performático funcionam como um canal de comunicação não verbal e de descarga catártica, promovendo o alívio da ansiedade e a diminuição do estresse de minoria. Ao integrar o repertório sonoro de preferência dos sujeitos no setting clínico ou comunitário, a Musicoterapia valida a história afetiva do indivíduo, utilizando o suporte musical como ponte para resgatar a autonomia, favorecer a coesão de grupo e promover o bem-estar psicossocial. A seção a seguir apresentará os procedimentos metodológicos adotados para a realização desta pesquisa.

3. MÉTODO

O presente estudo caracterizou-se como uma pesquisa bibliográfica de abordagem qualitativa e caráter exploratório-descritivo. A pesquisa bibliográfica permitiu a busca, o levantamento e a análise crítica de referenciais teóricos já publicados sobre as interfaces entre a Musicoterapia, a promoção da saúde mental e a proteção emocional da população LGBTQIAPN+.

A busca e o levantamento das publicações foram realizados entre maio e agosto de 2026. Foram considerados artigos publicados no período de 2003 a 2025. As fontes de informação consultadas compreenderam as bases de dados eletrônicas Google Acadêmico, SciELO (Scientific Electronic Library Online), PÉPSIC (Periódicos Eletrônicos em Psicologia) e Brazilian Journal of Music Therapy. Para a localização dos artigos, utilizaram-se combinações dos seguintes descritores em português: “Musicoterapia”, “Saúde Mental”, “LGBTQIAPN+”, “Estresse de Minoria” e “Proteção Emocional”.

A seleção do corpus de análise seguiu critérios pré-definidos de inclusão e exclusão. Foram incluídos artigos científicos publicados em língua portuguesa e inglesa, disponíveis na íntegra e com acesso gratuito, que abordassem diretamente a Musicoterapia, a saúde mental e/ou os aspectos psicossociais da população LGBTQIAPN+. Foram excluídos os trabalhos duplicados entre as fontes consultadas, publicações em formato de resumos de eventos, artigos com acesso restrito e estudos que não apresentassem relação direta com o objeto da pesquisa.

Ressalta-se que livros, dissertações e demais produções acadêmicas foram utilizados na fundamentação teórica, com a finalidade de

sustentar conceitualmente a discussão, não compondo necessariamente o corpus de análise dos resultados.

O percurso de seleção bibliográfica iniciou-se com a identificação de 42 registros nas bases consultadas. Após a remoção de 8 publicações em duplicidade, restaram 34 trabalhos para a fase de triagem. Procedeu-se à leitura dos títulos e resumos desses materiais, resultando na exclusão de 18 artigos por não atenderem aos critérios de inclusão. Os 16 textos remanescentes foram recuperados e avaliados na íntegra. Após a leitura completa, 8 artigos foram excluídos por não aprofundarem a relação entre a música e o bem-estar psicológico da população estudada. Desta forma, o corpus final de análise foi composto por 8 publicações científicas e obras de referência.

A análise do material selecionado foi realizada por meio da técnica de Análise de Conteúdo Temática, estruturada em três etapas: pré-análise (leitura flutuante e organização do material), exploração do material (categorização e codificação dos núcleos de sentido) e tratamento dos resultados, inferência e interpretação. As categorias temáticas emergentes foram articuladas com a fundamentação teórica para discutir o papel da Musicoterapia como refúgio e estratégia de proteção emocional.

Quadro 1. Percurso da seleção bibliográfica

Etapa do levantamento	**Quantidade/descriçã o**
Registros inicialmente localizados	42
Duplicidades removidas	8

Materiais excluídos após leitura de títulos e resumos	18
Textos avaliados na íntegra	16
Textos excluídos após leitura integral	8
Estudos incluídos na análise final	8

Fonte: Elaborado pelos autores.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos que compõem o *corpus* desta pesquisa permitiu mapear e integrar as evidências teóricas sobre o papel da Musicoterapia e do recurso sonoro-musical na saúde mental e proteção emocional da população LGBTQIAPN+. O Quadro 2 apresenta a síntese das obras selecionadas, contendo autores, ano, objetivos, método e principais resultados de cada estudo.

Quadro 2. Síntese e organização dos estudos selecionados

Autor(es) e ano	**Objetivo do estudo**	**Método**	**Principais resultados**
Palomino (1999)	Mapear as manifestações culturais, a cena noturna e a relação da comunidade LGBT com a música.	Pesquisa documental e participante (Qualitativa).	A cultura musical noturna atuou como espaço de afirmação identitária, pertencimento e refúgio social.
Bruscia (2000)	Definir os fundamentos teóricos, conceituais e	Ensaio teóricoconceitual.	A Musicoterapia atua como processo sistemático de intervenção que

	práticos da Musicoterapia.		utiliza a experiência musical para promover a saúde.
Meyer (2003)	Propor o modelo teórico do estresse de minoria para a população vulnerabilizadas.	Estudo teórico e epidemiológico.	Demostrou que o estigma e a discriminação estrutural geram sobrecarga psicossocial crônica em minorias sexuais.
Gil (2008)	Orientar a elaboração e estruturação de projetos e percursos de pesquisa cientifica.	Manual metodológico.	Sistematizou os procedimentos formais da pesquisa bibliográficas de abordagem qualitativa.
Costa et al. (2020)	Validar o protocolo de avaliação do estresse de minoria no contexto brasileiro.	Pesquisa quantitativa instrumental.	Evidenciou os impactos do medo, preconceito e vigilância na saúde mental de lesbicas, gays e bissexuais no Brasil.
Ribeiro, Pedrosa & Magalhães (2021)	Discutir as interfaces entre Musicoterapia, estudos de gênero e sexualidade.	Pesquisa bibliográfica e reflexão critica.	Destacaram a necessidade de uma musicoterapia equitativa, apontando a musica como canal não verbal de elaboração efetiva.

Silva et al. (2021)	Analisar o estresse de minoria de gênero como fator de risco para depressão em pessoas trans	Revisão integrativa da literatura	Indetificaram associação direta entre estigmas de gênero, sofrimento psíquico e elevação de sintomas depressivos
Silva Junior, silva & Mota (2025)	Avaliar os impactos do preconceito na saúde mental da população LGBT+	Revisão bibliográfica de literatura.	Apontaram a urgência de práticas terapêuticas despatologizantes inclusivas e pautadas na validação da subjetividade

Fonte: Elaborado pelos autores.

4.1. O Estresse de Minoria e a Necessidade de Acolhimento Terapêutico

A confluência dos achados teóricos confirma que a vulnerabilidade psíquica observada na população LGBTQIAPN+ decorre fundamentalmente de determinantes sociais adversos. Como fundamentado por Meyer (2003) e endossado por Costa et al. (2020), o estresse de minoria submete os sujeitos a um estado constante de alerta e autoproteção. Os dados sintetizados por Silva et al. (2021) e Silva Junior, Silva e Mota (2025) convergem ao demonstrar que esse desgaste contínuo se manifesta em episódios de ansiedade severa, depressão e sentimentos de inadequação social.

Nesse cenário, os resultados apontam para a falência dos modelos clínicos tradicionais que insistem em individualizar ou patologizar o sofrimento psíquico. A análise crítica das obras revela que a

promoção da saúde mental dessa população exige a construção de espaços terapêuticos afirmativos, nos quais as vivências de estigmatização possam ser desarmadas e acolhidas sem julgamentos moralizantes.

4.2. A Experiência Sonoro-Musical Como Dispositivo de Refúgio e Reorganização Afetiva

Ao analisar o papel da arte e da música, os dados históricos de Palomino (1999) e as formulações clínicas de Ribeiro, Pedrosa e Magalhães (2021) revelam uma importante continuidade: a busca da população LGBTQIAPN+ pela linguagem musical ocorre como um movimento de abrigo e resistência. As pistas de dança e a cultura urbana documentadas por Palomino (1999) funcionaram historicamente como territórios de acolhimento social.

A discussão dos estudos indica que a experiência musical atua em dois níveis complementares:

1. **Dimensão Simbólica e Expressiva:** Oferece um canal não verbal e seguro para a manifestação de afetos reprimidos, contornando as barreiras impostas pela linguagem verbal heteronormativa (Ribeiro, Pedrosa & Magalhães, 2021).

2. **Dimensão Regulatória:** Proporciona estados de catarse, redução da ansiedade e regulação emocional, restabelecendo o sentimento de pertencimento e de validação subjetiva (Silva Junior, Silva & Mota, 2025).

4.3. A Ação Musicoterapêutica na Proteção Emocional

A articulação entre os princípios conceituais de Bruscia (2000) e as perspectivas contemporâneas de Ribeiro, Pedrosa e Magalhães (2021) permite responder à questão norteadora desta pesquisa. A intervenção musicoterapêutica transcende a escuta passiva ou o uso recreativo da música ao estabelecer um processo clínico estruturado e intencional.

A discussão dos dados demonstra que a Musicoterapia atua como uma ferramenta eficaz de proteção emocional ao:

- **Promover a ressignificação do sofrimento:** Utilizar improvisações e recriações sonoras para processar conteúdos traumáticos associados à discriminação.

- **Fortalecer a resiliência e a autoimagem:** Oferecer um enquadre terapêutico no qual a voz e a expressão singular do cliente são validadas e encorajadas.

- **Prevenir o agravamento de quadros depressivos e ansiosos:** Oferecer estratégias de autorregulação por meio do som, consolidando-se como um recurso não farmacológico humanizado.

Conclui-se, portanto, que a Musicoterapia pautada na sensibilidade às diversidades de gênero e sexualidade se firma como uma prática clínica indispensável para a sustentação do bem-estar e garantia dos direitos à saúde mental da comunidade LGBTQIAPN+.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa buscou investigar de que maneira a Musicoterapia e os recursos sonoro-musicais atuam como

ferramentas de proteção emocional e promoção da saúde mental na população LGBTQIAPN+, compreendendo os impactos do estresse de minoria e das vivências de estigmatização social.

A análise e síntese da literatura científica evidenciaram que o sofrimento psíquico vivenciado por essa população é diretamente influenciado por determinantes sociais e pela sobrecarga gerada pelo preconceito estrutural. Nesse cenário, a resposta construída por este estudo demonstra que a experiência musical atua como um potente dispositivo de refúgio, acolhimento e regulação emocional. Ao oferecer um canal de expressão não verbal e de validação subjetiva, a intervenção musicoterapêutica possibilita a elaboração de conteúdos traumáticos e a diminuição de sintomas ansiosos e depressivos, fortalecendo a resiliência e a identidade dos indivíduos.

As contribuições deste artigo residem em sistematizar o conhecimento sobre as interfaces entre a Musicoterapia, os estudos de gênero e a Psicologia, reforçando a importância de práticas clínicas despatologizantes, inclusivas e afirmativas no âmbito da saúde mental. Como limitações do estudo, destacam-se seu caráter bibliográfico do estudo e a escassez de pesquisas sobre Musicoterapia e população LGBTQIAPN+.

Diante do exposto, sugere-se a realização de pesquisas futuras de caráter empírico e qualitativo, tais como estudos de caso clínicos e intervenções em grupo, que possam avaliar na prática os efeitos longitudinais de protocolos musicoterapêuticos específicos direcionados à população LGBTQIAPN+ em diferentes contextos de atenção à saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRUSCIA, Kenneth E. **Definindo Musicoterapia.** 2. ed. Rio de Janeiro: Enelivros, 2000.

BUTLER, Judith. **Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade.** Tradução de Renato Aguiar. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2003.

COSTA, A. B. et al. Protocolo para avaliar o estresse de minoria em lésbicas, gays e bissexuais. **Psico-USF,** v. 25, n. 2, p. 207–222, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1413-82712020250201. Acesso em: 25 ago. 2026 .

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

MEYER, Ilan H. Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. **Psychological Bulletin,** v. 129, n. 5, p. 674–697, 2003. Disponível em: https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674. Acesso em: 25 ago. 2026.

PALOMINO, Erika. **Babado forte: moda, música e noite na virada do século 21.** São Paulo: Editora Mandarim, 1999.

RIBEIRO, W. J.; PEDROSA, F. G.; MAGALHÃES, V. R. Musicoterapia, gênero e sexualidade: perspectivas acerca da população LGBTQ+ no pensar e fazer musicoterapêutico. **Brazilian Journal of Music Therapy,** v. 26, n. 30, p. 59–80, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.51914/brjmt.30.2021.345. Acesso em:15 set. 2026.

SILVA JUNIOR, V. B.; SILVA, W. F.; MOTA, S. F. Saúde mental da população LGBT+ e os impactos do preconceito: uma revisão

bibliográfica. **Aracê,** v. 7, n. 2, p. 1–15, 2025. Disponível em: https://doi.org/10.56238/arev7n2-092. Acesso em: 15 set. 2026

SILVA, R. R. et al. Estresse de minoria de gênero e seus efeitos na saúde mental como fator de risco para depressão em pessoas transgênero: revisão da literatura. **Research, Society and Development,** v. 10, n. 3, e51610313693, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.33448/rsd-v10i3.13693. Acesso em: 30 ago. 2026.

---

[1] Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio Campus Turu. E-mail: acesse o artigo original para visualizar o e-mail

[2] Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio Campus Turu. E-mail: acesse o artigo original para visualizar o e-mail