

EFEITO DA MÚSICA NA PANDEMIA

Dico Valentim Domingos Indafa¹
Mateus De Sousa Nobre²
Bianca Saraiva Russo Costa³
Jairo Domingos De Moraes⁴

RESUMO

O planeta terra vem sendo desafiado, como uma corda de viola em sua tonalidade, por conta da pandemia do Covid-19. A pandemia trouxe grandes problemas para a saúde mental das pessoas em toda parte do mundo, devido aos danos psicológicos provocados pelo medo de se contaminar e pelo isolamento social. O presente estudo tem como objetivo relatar experiências vividas por extensionistas do projeto de educação em saúde sobre o efeito da música para a saúde mental das pessoas durante a pandemia, sobretudo devido à situação de isolamento social. Trata-se de um relato da experiência de extensionistas do projeto de extensão educação em saúde da UNILAB, sobre o efeito da música durante a pandemia realizado durante temática trabalhada pela live realizada pelo perfil do Instagram do projeto no ano de 2020. Os participantes expressaram de forma detalhada os benefícios da música durante a pandemia e de isolamento social das quais ressaltam os problemas ocasionados na saúde mental dos indivíduos. A música relaxa, acalma e traz lembranças positivas para ajudar no enfrentamento durante esse período e por isso, é bastante necessário que haja um reconhecimento da música no que diz respeito aos seus benefícios e sua utilização como estratégia de enfrentamento durante esse período de isolamento social para todos população.

Palavras-chave: PANDEMIA SAÚDE MENTAL PSICOLOGIA MÚSICA .

UNILAB, Instituto de Ciências de Saúde, Discente, dicoindafa47@gmail.com¹

UNILAB, Instituto de Ciências de Saúde, Discente, sousanbr@gmail.com²

UNILAB, Instituto de Ciências de Saúde, Discente, biancarusso@gmail.com³

UNILAB, Instituto de Ciências de Saúde, Docente, jairo@unilab.edu.br⁴

