

## MUSICOTERAPIA E CONTROLE DA ANSIEDADE NA CLÍNICA ODONTOLÓGICA: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

**Jandenilson Alves Brígido**

Docente - Centro Universitário Fametro – Fortaleza-CE  
jandenilson.brígido@professor.unifametro.edu.br

**Karla Geovanna Ribeiro Brígido**

Docente - Centro Universitário Fametro – Fortaleza-CE  
karla.brígido@professor.unifametro.edu.br

**Área Temática:** Prática docente e tecnologias educacionais

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** VI Encontro de Experiências Docentes

### RESUMO

**Introdução:** A instabilidade emocional influencia negativamente no atendimento do cirurgião-dentista, pois favorece o aumento de estresse e consequentemente aumenta a possibilidade de tornar o paciente mais sensível a estímulos dolorosos. Neste cenário, a musicoterapia é uma técnica alternativa que vem obtendo resultados significativos e importantes no controle da ansiedade, do estresse e da dor. **Objetivo:** Investigar a efetividade que a musicoterapia tem em promover redução nos níveis de ansiedade durante o atendimento odontológico. **Métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura integrativa, em que foi realizada uma busca de artigos científicos nas bases de dados PUBMED, Web of Science e Scopus, publicados em inglês entre 2020 e 2025, utilizando as palavras-chave: “Music therapy”, “Anxiety” e “Dentistry”, sendo selecionados 13 artigos. **Resultados:** Os estudos demonstraram que a musicoterapia durante o atendimento odontológico permite o relaxamento do paciente, a redução dos sinais vitais e ajuda na distração de ruídos dos equipamentos e de conversas da equipe. Dessa forma, reduz significativamente a ansiedade e o estresse, melhorando o atendimento odontológico. Foi possível observar que a musicoterapia tem o potencial de favorecer a redução dos valores dos sinais vitais dos pacientes, influenciando diretamente no nível de relaxamento. **Considerações finais:** O uso da música pode ser benéfico para reduzir a ansiedade dos pacientes durante procedimentos odontológicos. Além disso, é uma técnica não invasiva, de baixo custo e fácil

aplicação. Assim, essa colaboração entre a equipe odontológica e o musicoterapeuta pode ser de grande valia na gestão da ansiedade e na melhoria da experiência dos pacientes.

**Palavras-chave:** Musicoterapia. Odontologia. Ansiedade.

## INTRODUÇÃO

A falta de conhecimento acerca dos procedimentos odontológicos, o ambiente, a forma como o cirurgião-dentista conduz o atendimento, o barulho do “motor”, o “cheiro de dente”, assim como experiências próprias dos pacientes ou a eles contadas, podem desencadear medo, ansiedade e aversão durante os tratamentos (Karapicak et al., 2023).

A fim de controlar os níveis de ansiedade e até mesmo da dor durante o atendimento odontológico, a literatura vem estudando quais os efeitos da musicoterapia como uma alternativa não farmacológica, sendo uma metodologia terapêutica que utiliza intervenções musicais individualizadas, a partir de técnicas receptivas, recreativas, de improvisação e de composição, na qual o musicoterapeuta foca nas necessidades momentâneas do paciente (Bradt; Teague, 2018).

Essa técnica tem efeitos positivos nas subjetividades dos pacientes, assim como em seus sentimentos e em suas respostas fisiológicas de ansiedade (Gupta; Ahmed, 2020), sendo um adjuvante não farmacológico que pode interferir na Pressão Arterial Sistólica (PAS), Pressão Arterial Diastólica (PAD) e Frequência Cardíaca (FC), seja antes, durante ou após o tratamento dentário (Di Nasso et al., 2016). Esse protocolo alternativo para o controle do estresse e da ansiedade no atendimento odontológico, proporciona reações bioquímicas que favorecem o efeito de analgesia e relaxamento no paciente, promovendo estabilidade emocional e, dessa forma, viabilizam um atendimento odontológico mais eficiente, afável e humanizado (Karapicak et al., 2023).

A ansiedade em pacientes submetidos a procedimentos odontológicos continua sendo um dos desafios mais frustrantes que os dentistas enfrentam em todo o mundo, com uma prevalência estimada de 6 a 15% da população adulta mundial e uma variação de 5,7% e 19,5% em crianças (Mejía-Rubalcava et al., 2015). Sob a óptica de que o medo e a ansiedade, gerados no âmbito odontológico, é alta e presente em uma grande parte da população, justifica o estudo por mais informações de terapias alternativas que possam contribuir para a melhora desse quadro. Além disso, acerca da temática saúde oral, pode-se destacar sua implicância direta na

saúde geral, principalmente no que diz respeito a doenças cardiovasculares e o risco que ambas poderão sofrer se negligenciadas (Zaki et al., 2025).

Desse modo, visto que a musicoterapia tem efeitos significativos e desejáveis no manejo da ansiedade (Di Nasso et al, 2016; Salehabadi et al., 2024), a busca por maiores elucidações é essencial, para que possa haver parâmetros bem definidos e baseado no perfil dos pacientes, a fim de que profissionais tenham mais opções de escolha para o controle da ansiedade antes mesmo de iniciar uma terapia farmacológica (Maybodi et al., 2018). Diante do contexto, o presente estudo teve como objetivo avaliar a efetividade da musicoterapia em promover redução nos níveis de ansiedade e estresse durante o atendimento odontológico.

## METODOLOGIA

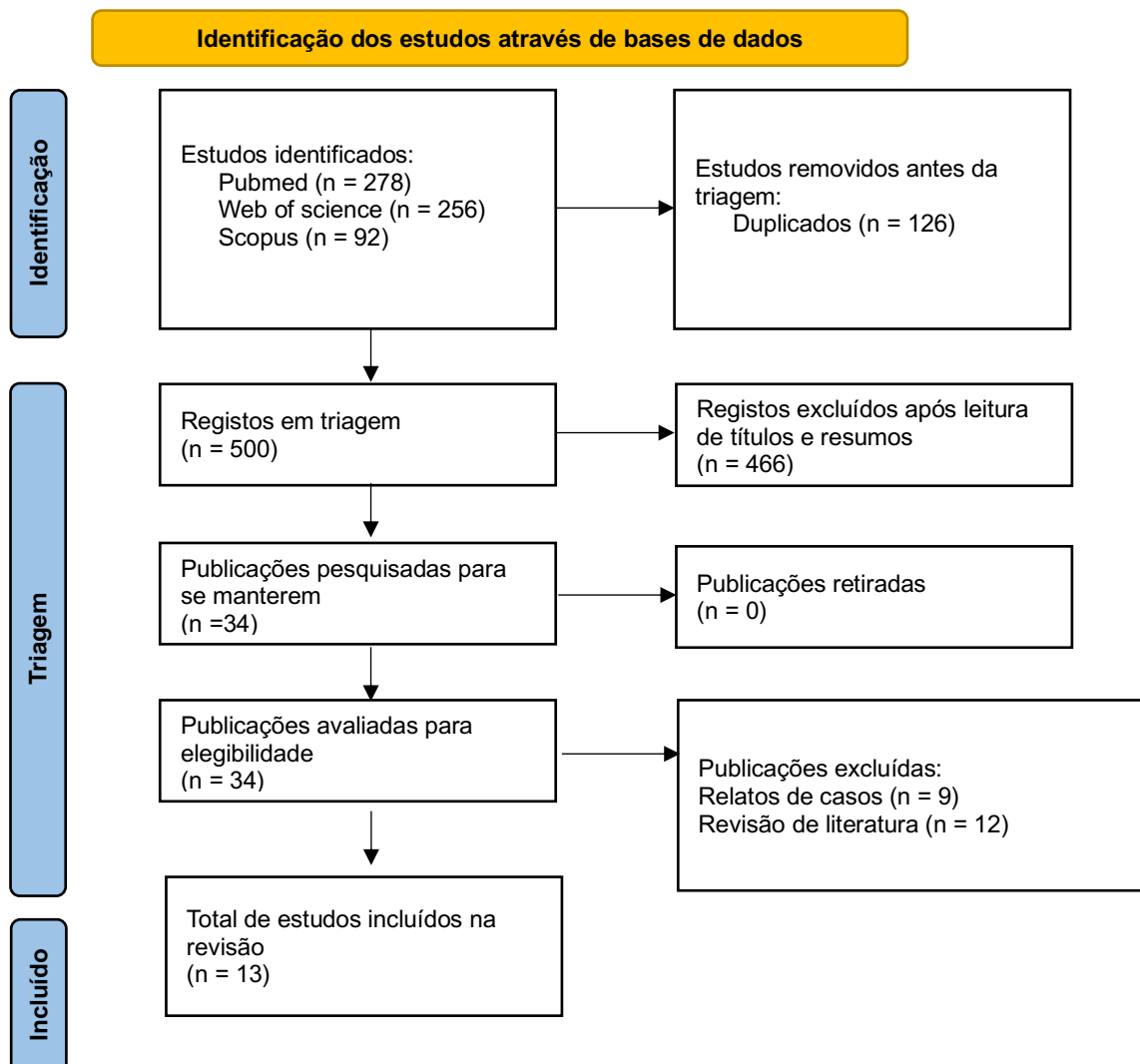
Trata-se de uma revisão de literatura integrativa, que se orientou a partir do questionamento: “Em que medida a musicoterapia pode ser uma alternativa não farmacológica para a redução da ansiedade, estresse e até mesmo da dor durante o atendimento odontológico?”.

Para tal, pesquisou-se artigos nas plataformas de pesquisa nas bases de dados PUBMED, Web of Science e Scopus, utilizando as palavras-chave: “Music therapy”, “Anxiety” “Stress” e “Dentistry”.

Os critérios de inclusão foram: estudos clínicos relacionados ao tema publicados de 2020 a 2025, com texto completo disponível, no idioma inglês. Já os critérios de exclusão foram: artigos de revisão, estudos com animais e “in vitro”.

A busca foi realizada de maneira independente, por 2 revisores, que realizaram a leitura criteriosa de todos os resumos para verificar a aderência ao tema e a capacidade de responder ao objetivo definido para esta revisão. Inicialmente, foi realizada a análise dos títulos e resumos, mediante a relevância dos textos baseados nos critérios definidos anteriormente. Em seguida, os artigos de forma completa foram analisados e somente os estudos relacionados ao tema e dentro dos critérios de inclusão foram considerados.

Selecionou-se inicialmente 626 estudos, publicados nos últimos 6 anos. Após a utilização das estratégias de busca, excluiu-se artigos duplicados, restando 500 artigos. Para designar estudos de maior relevância e evidência científica quanto ao tema da pesquisa, analisou-se primeiramente os títulos, depois os resumos e por fim os textos completos, sendo finalmente selecionados 13 publicações (Figura 1).



**Figura 1.** Fluxograma de inclusão dos estudos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após análise minuciosa qualitativa dos estudos selecionados para inclusão no estudo, as principais descobertas referentes ao efeito da musicoterapia no manejo da ansiedade na clínica odontológica foram condensadas e elencadas em formato de tabela, para facilitar o entendimento e fornecer mais detalhes da contribuição de cada estudo para a produção da presente revisão, contendo as seguintes informações: autor principal; ano; objetivo; tipo de estudo; amostra e principais achados (Tabela 1).

**Tabela 1. Estudos selecionados.**

<b>AUTOR ANO</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>TIPO DE ESTUDO</b>	<b>AMOSTRA</b>	<b>PRINCIPAIS ACHADOS</b>
Alkaya Karagoz et al., 2025	Avaliar os efeitos da música e do ruído branco na ansiedade e na dor de pacientes durante a cirurgia de terceiros molares impactados.		66 pacientes adultos	Embora não estatisticamente significativo, ouvir música isoladamente ou com ruído branco reduziu a ansiedade sentida pelos pacientes durante o procedimento e aumentou seu conforto. Como um método simples, barato e não invasivo, ouvir música autosselecionada nos períodos pré e perioperatório pode beneficiar os pacientes.
Zaki et al., 2025	Comparar a eficácia das batidas binaurais e da música de 432 Hz na redução da ansiedade odontológica pré-operatória entre pacientes adultos submetidos a procedimento de canal radicular.	Estudo clínico controlado randomizado	99 pacientes adultos	Batidas binaurais e música de 432 Hz foram consideradas altamente e igualmente eficazes para diminuir a ansiedade odontológica pré-operatória em pacientes adultos submetidos a tratamento endodôntico.
Salehabadi et al., 2024	Determinar se o uso da tecnologia de batidas binaurais durante e após consultas odontológicas pode ajudar os pacientes a sentirem menos ansiedade e dor.	Estudo clínico controlado randomizado	80 pacientes adultos	A pesquisa mostrou que o uso de música com batidas binaural reduziu significativamente o nível de ansiedade manifesta e encoberta em pacientes e pode ser usado como um método alternativo não farmacológico para reduzir a ansiedade.
Abdulhameed et al., 2024	Comparar a eficácia da música e de vídeos informativos como ferramentas de distração para reduzir a ansiedade dos pacientes durante o tratamento de canal radicular e retratamento.	Estudo clínico controlado randomizado	90 pacientes adultos	Ouvir música durante o tratamento de canal radicular e retratamento reduziu os níveis de ansiedade em pacientes em comparação com vídeos pré-operatórios informativos e nenhuma técnica de distração.
Pellicer et al., 2024	Testar como o fluxo musical usando música barroca (BM) e clássica (CM) como terapia não farmacológica pode controlar os níveis de ansiedade e dor entre pacientes submetidos a IPI (implantes pós-extração imediatos).	Estudo clínico controlado randomizado	78 pacientes adultos	Pacientes submetidos à cirurgia de colocação de IPI podem registrar níveis mais baixos de PAS ao ouvir BM e CM do que pacientes que não foram expostos ao fluxo musical, melhorando seus níveis de ansiedade.

<p>Aly et al., 2023</p>	<p>Avaliar o efeito da música com batidas binaurais (BBM) alfa no nível de dor após a colocação inicial de um aparelho fixo maxilar, em comparação com a música sem batidas binaurais (placebo) e sem música (controle).</p>	<p>Estudo clínico controlado randomizado</p>	<p>60 pacientes adultos</p>	<p>Houve uma redução significativa da dor demonstrada no grupo BBM, em comparação ao controle, ao final da primeira semana de tratamento. Não houve diferença na dor relatada entre os grupos BBM e placebo para nenhuma das pontuações.</p>
<p>Bhusari et al., 2023</p>	<p>Avaliar e comparar o nível de ansiedade durante o tratamento restaurativo sem uso de música, batidas monoaurais e batidas auditivas binaurais.</p>	<p>Estudo clínico controlado randomizado</p>	<p>45 pacientes adultos</p>	<p>A batida auditiva binaural foi considerada a mais eficaz, seguida pela batida monoaural, em comparação ao grupo controle. Assim, as batidas auditivas binaurais e monoaural podem ser usadas com eficácia como um auxílio essencial para reduzir a ansiedade em crianças.</p>
<p>Karapicak et al., 2023</p>	<p>Investigar o efeito da musicoterapia durante tratamentos odontológicos restauradores em pacientes com ansiedade odontológica moderada.</p>	<p>Estudo clínico controlado randomizado</p>	<p>70 pacientes adultos</p>	<p>Embora a musicoterapia não tenha afetado os parâmetros fisiológicos durante o tratamento odontológico restaurador, ela pode ajudar a reduzir o nível de ansiedade relatado pelos pacientes.</p>
<p>Tshiswaka; Pinheiro, 2020</p>	<p>Verificar a repercussão da musicoterapia como ferramenta para reduzir a ansiedade em crianças no atendimento odontopediátrico.</p>	<p>Estudo clínico controlado randomizado</p>	<p>40 crianças na faixa etária de 5 a 11 anos de idade</p>	<p>Concluiu-se que houve redução significativa na FC no grupo de teste (<math>p=0,05</math>). Diferentemente, o grupo de controle não apresentou alterações na FC (<math>p=0,53</math>). Outrossim, não houve mudanças significativas no grupo de teste nos valores de saturação de oxigênio, na escala de ansiedade de Corah e na dor.</p>
<p>Gupta; Ahmed, 2020</p>	<p>Estudar a resposta do paciente à música durante a cirurgia oral menor, medida quantitativamente e por gravação de parâmetros fisiológicos.</p>	<p>Estudo clínico controlado randomizado</p>	<p>50 pacientes adultos</p>	<p>Demonstrou-se que a música relaxante tocada durante o tratamento melhora a experiência do paciente. Foram avaliados níveis mais altos de ansiedade antes do início do procedimento e relatou-se uma redução nos escores de ansiedade no fim do tratamento.</p>

Aravena; Almonacid; Mancilla, 2020	Comparar os efeitos da música em 432 Hz e 440 Hz na percepção clínica de ansiedade e níveis de cortisol salivar em pacientes submetidos à extração dentária.	Estudo clínico controlado randomizado	42 pacientes com idade média: 23,8 ± 7,8 anos	Observou-se valores do nível de ansiedade significativamente mais baixos no grupo de teste em 432Hz e 440Hz quando comparado ao grupo controle. Os níveis de cortisol salivar em 432 Hz foram significativamente menores que 440Hz e do grupo controle. Desta forma constatou-se que o uso de música diminuiu significativamente os níveis de ansiedade no atendimento.
Gulnaha; Kupeli, 2020	Avaliar o tipo de música mais eficaz para diminuir a ansiedade em pacientes submetidos a cirurgia de implantes dentários.	Estudo clínico controlado randomizado	80 pacientes com idade entre 40 e 70 anos	Não houve diferença significativa quanto ao sexo, idade ou número de implantes. Todos os grupos que foram submetidos a MT tiveram redução da ansiedade. A música turca e a clássica apresentou uma resposta muito mais eficaz do que o rock lento. Dessa forma, a MT deve ser iniciada antes da cirurgia para maximizar seu efeito.
Dixit; Jasani 2020	Comparar a eficácia da terapia floral de Bach (TFB) e a musicoterapia no controle da ansiedade em crianças.	Estudo clínico controlado randomizado	120 crianças de 4 a 6 anos	A PAS foi menor no grupo MT do que no grupo controle e TFB, a PAD aumentou no grupo controle e diminuiu nos demais grupos. A TFB e a MT se mostraram eficazes no que diz respeito a diminuição da ansiedade nas crianças de 4 a 6 anos em procedimentos odontológicos pouco invasivos.

Fonte: Autores

De uma forma geral pode-se dizer que a ansiedade resulta em uma perturbação na resposta defensiva normal do corpo. Pesquisas anteriores sobre ansiedade odontológica identificaram vários fatores contribuintes, sendo experiências odontológicas traumáticas passadas um dos principais. Outros fatores incluem o medo da dor, a preocupação com o sufocamento devido a alterações na salivação e deglutição, aversão a sangue, feridas e ao uso de instrumentos cortantes (Gulnaha; Kupeli, 2020).

A musicoterapia, uma tradição ancestral que remonta ao mundo clássico e à Idade Média, teve seu fundamento nas ideias de Pitágoras, o filósofo grego do século VI, que via na música uma influência positiva no corpo e na mente, criando uma harmonia única entre ambos. Nilsson expandiu essas ideias e estabeleceu critérios musicais para resultados ideais. Ele destacou que os médicos muitas vezes precisam focar nos cuidados físicos em detrimento das

necessidades emocionais, espirituais e psicológicas dos pacientes. No entanto, a música pode clinicamente apoiar essas necessidades, promovendo relaxamento, bem-estar e conforto. (Karapicak et al., 2023).

Dessa forma, Gupta e Ahmed (2020) evidenciaram que escutar música durante o atendimento odontológico influencia em diversos processos cognitivos no cérebro, e demonstraram que houve redução nos escores de ansiedade dos pacientes submetidos a musicoterapia ao fim do tratamento odontológico. Na mesma direção, Aravena, Almonacid e Mancilla (2020) reafirmaram que ocorreu diminuição significativa nos níveis de ansiedade de pacientes submetidos às frequências musicais de 432 e 440 HZ, contudo, constatou que os valores de cortisol salivar em pacientes expostos a música em 432 Hz foram menores do que os pacientes expostos a música em 440 Hz ou pacientes expostos à música alguma.

Frente a fatores que produzem estresse no indivíduo, ocorre maior secreção e produção de cortisol durante e após a exposição ao estímulo estressante (Karapicak et al., 2023). Dixit e Jasani (2020) reiteraram que ao escutar a música de seu gosto, os pacientes apresentaram diminuição significativa na concentração média de cortisol salivar durante e após o tratamento. A respeito das faixas musicais escolhidas pelo cirurgião-dentista, grande parte dos pacientes relataram que gostaram de ouvir a faixa. Os que declararam não gostar, consideraram a faixa “chata” e alguns outros pacientes manifestaram que preferiam ouvir suas escolhas musicais ou programas de rádio. A escolha pelo tipo musical que o paciente deseja ouvir é viável desde que a comunicação com o cirurgião-dentista e a equipe não seja prejudicada (Gupta; Ahmed, 2020).

A musicoterapia foi eficaz no controle da ansiedade nos grupos de pacientes que foram submetidos ao ritmo musical turco e clássico, promovendo melhores resultados do que o rock lento (Gulnazar; Kupeli, 2020). Além disso, os autores reiteraram que a musicoterapia deve ser iniciada antes da cirurgia para que haja melhores resultados. A utilização de musicoterapia anterior à cirurgia bucomaxilo facial promoveu alívio e redução nos níveis de ansiedade em 31,5% dos pacientes, sendo somente 10,5% o total de indivíduos que consideraram desnecessário (Aravena; Almonacid; Mancilla, 2020).

Em contrapartida, outros estudos ressaltaram que a musicoterapia não apresentou reduções significativas na escala de ansiedade de Corah e na percepção dolorosa (Tshiswaka; Pinheiro, 2020). Estudos apontam que também não houve redução na saturação de oxigênio (Tshiswaka; Pinheiro, 2020; Dixit; Jasani, 2020). Por outro lado, a utilização de distração audiovisual com óculos 3D, em crianças, como método para o manejo da ansiedade foi mais eficaz que a musicoterapia na redução da ansiedade dos pacientes (Hashemi; Nezhad;

Talebianpour, 2021).

Dixit e Jasani (2020), reiteram que houve diminuição da PA dos pacientes do grupo exposto à musicoterapia. O estudo confirmou que a musicoterapia tem o potencial de favorecer a redução dos valores dos sinais vitais dos pacientes, influenciando diretamente no nível de relaxamento, pois a música promoveu distração dos barulhos provenientes dos instrumentais e das conversações na clínica odontológica. Esse resultado também foi observado no estudo de Tshiswaka e Pinheiro (2020), que observaram diminuição significativa da FC com o uso de musicoterapia.

A musicoterapia como tratamento para estresse e ansiedade, antes do tratamento odontológico, mostrou-se eficaz tanto em crianças quanto em adultos, embora sejam necessários mais estudos clínicos randomizados bem delineados para validar sua eficácia.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos estudos selecionados foi possível concluir que o uso da música pode ser benéfico para reduzir a ansiedade dos pacientes durante procedimentos odontológicos, acarretando na diminuição da frequência cardíaca e pressão arterial. Além disso, é uma técnica não invasiva, de baixo custo e fácil aplicação.

É válido para clínicas odontológicas considerarem a incorporação de serviços de musicoterapia prestados por um musicoterapeuta qualificado, especialmente para pacientes com necessidades especiais, além dos que são altamente ansiosos, adultos ou crianças. O musicoterapeuta contribui para a criação de abordagens mais personalizadas e eficazes, garantindo que a música seja utilizada como uma ferramenta terapêutica de forma adequada e adaptada às necessidades específicas de cada paciente.

Assim, essa colaboração entre a equipe odontológica e o musicoterapeuta pode ser de grande valia na gestão da ansiedade e na melhoria da experiência dos pacientes durante os procedimentos odontológicos.

## REFERÊNCIAS

ABDULHAMEED, S. A. et al. A randomized clinical trial comparing the effects of music and informative videos on patient anxiety during root canal treatment and retreatment. **Quintessence international**, v. 55, n. 8, p. 670–680, 2024.

ALKAYA KARAGOZ, M.; ALTUNDOGAN, S. The effect of music and white noise on patients' anxiety and pain during surgery for impacted mandibular third molar: a single-blind randomized controlled trial. **European Journal of Medical Research**, v. 30, n. 1, p. 506, 2025.

ALY, A. E., HANSA, I., FERGUSON, D. J., & VAID, N. R. The effect of alpha binaural beat music on orthodontic pain after initial archwire placement: A randomized controlled trial. **Dental Press Journal of Orthodontics**, v. 27, n. 6, e2221150, 2023.

ARAVENA, P. C.; ALMONACID, C.; MANCILLA, I. Effect of music at 432 Hz and 440 Hz on dental anxiety and salivary cortisol levels in patients undergoing tooth extraction: a randomized clinical trial. **Journal Of Applied Oral Science**, p. 1-8, 2020.

BHUSARI, B. N. et al. Comparative evaluation of anxiety level during restorative treatment using no music, monaural beats, and binaural auditory beats as audio distraction behavior guidance technique in children aged 6-12 years: A randomized clinical trial. **Journal of the Indian Society of Pedodontics and Preventive Dentistry**, v. 41, n. 2, p. 156–162, 2023.

BRADT J, TEAGUE A. Music interventions for dental anxiety. **Oral Dis**, v. 24, n. 3, p. 300–306, 2018.

DI NASSO, L. et al. Influences of 432 Hz Music on the Perception of Anxiety during Endodontic Treatment: A Randomized Controlled Clinical Trial. **Journal of Endodontics**, v. 42, n. 9, p. 1338-1343, 2016.

DIXIT UB; JASANI RR. Comparison of the effectiveness of Bach flower therapy and music therapy on dental anxiety in pediatric patients: A randomized controlled study. **J Indian Soc Pedod Prev Dent**, v. 38, n. 1, p. 71-78, 2020.

GULNAHAR, Y.; KUPELI, I.; Effect of Different Kinds of Music on Anxiety During Implant Surgery in Turkey: Randomized Controlled Study. **The International Journal of Oral & Maxillofacial Implants**, v. 35, n. 4, p.762-766, 2020.

GUPTA, A.; AHMED, B. Experience of listening to music on patient anxiety during minor oral surgery procedures: a pilot study. **British Dental Journal**, v. 228, n. 2, p. 89-92, 2020.

KARAPICAK, E.; DULGER, K.; SAHIN, E.; ALVER, A. Investigation of the effect of music listened to by patients with moderate dental anxiety during restoration of posterior occlusal dental caries. **Clinical Oral Investigations**, v. 27, n. 7, p. 3521–3530, 2023.

MAYBODI R. F. et al. The Effect of Music and Lavender's Aroma on Patients Anxiety, during Periodontal Surgery. **J Dent Mater Tech**, v. 7, n. 3, p. 117-122, 2018.

MEJÍA-RUBALCAVA C, et al. Alterações induzidas pela musicoterapia em parâmetros fisiológicos em pacientes com ansiedade odontológica. **Complement Ther Clin Practice**, v. 21, n. 4, p. 282–286, 2015.

PELLICER, L. E.; RUBIO, J. L. M.; CASAÑAS, E.; VILLAR, A. C. Immediate implant placement influenced by musical flow: a prospective randomized controlled clinical trial. **BMC oral health**, v. 24, n. 1, p. 628, 2024.

SALEHABADI, N. et al. Can Binaural Beat Music Be Useful as a Method to Reduce Dental Patients' Anxiety? **International Dental Journal**, v. 74, n. 3, p. 553–558, 2024.

TSHISWAKA, S. K.; PINHEIRO, S. L. Effect of music on reducing anxiety in children during dental treatment. **Revista Gaúcha de Odontologia**, v. 68, p. 1-8, 2020.

ZAKI, H.; AHMED, S.; REHMAN QAZI, F. U.; FATIMA, N.; ALI, Y. S. Comparing binaural beats and 432 Hz music for reduction of preoperative anxiety in root canal patients: a randomized controlled trial. JPMA. **The Journal of the Pakistan Medical Association**, v. 75, n. 4, p. 540–544, 2025.