

VERIFICAÇÃO DE UMA VARIAÇÃO DE ANSIEDADE-ESTADO ENTRE ESTILOS MUSICAIS DISTINTOS

Área: Ciências Exatas e da Terra

Lucas Silva Gama Gomes
Instituto Federal Fluminense *campus* Itaperuna
Lucassilvarock123@gmail.com

Resumo: A música é capaz de alterar nosso estado de espírito. O nosso corpo reage às vibrações do som, pois o cérebro é capaz de liberar emoções que nos deixam mais agitados ou mais calmos. Em geral muitas pessoas dizem que há uma música para cada momento. Quando estamos com nossos amigos, desejamos uma música mais animada, já quando estamos a sós preferimos uma música mais calma. Quando o ritmo musical é mais lento que o batimento cardíaco ocorre uma certa ansiedade em acelerar o movimento da música, já quando a música possui um ritmo mais acelerado; isso faz com que haja uma excitação, pois a música acelera os batimentos do coração. A música reage com nossos sentimentos, pensamentos, filosofias, corpo e na interação social. Com esses fatos podemos perceber o quanto a música é fundamental e como ela está presente em nossa vida. Isso ocorre pelo fato de haver uma variação no nível de ansiedade – estado das pessoas. Para tanto, é necessário identificar quais estilos musicais são capazes de elevar ou diminuir mais a nossa ansiedade através de um isolamento de 3 grupos de alunos do IFF Fluminense Campus Itaperuna. Irá ser realizado um pré-teste de ansiedade – estado após expor os alunos às músicas de estilos distintos, uma em cada sala, e o terceiro grupo sem a música para comparar o nível de ansiedade - estado, entre os grupos. E através dos resultados obtidos, haverá uma demonstração dos mesmos por meio de gráficos e um relatório.

Palavras-Chave: Música. Emoção. Ansiedade-estado.