

## CAPÍTULO 34

DOI: <https://doi.org/10.58871/conbrasca.v3.34>

### O USO DA MUSICOTERAPIA PARA CONTROLE DA ANSIEDADE NA ODONTOLOGIA: BENEFÍCIOS E APLICAÇÕES CLÍNICAS

#### THE USE OF MUSIC THERAPY TO CONTROL ANXIETY IN DENTISTRY: BENEFITS AND CLINICAL APPLICATIONS

**MARIA EDUARDA NOBERTO DE MORAIS SILVA**

Graduanda em Odontologia pelo Centro Universitário UNIFBV/Wyden

**WALLISON MELO FERREIRA DE SOUZA**

Graduando em Odontologia pelo Centro Universitário UNIFBV/Wyden

**ALANNY CLAIRE BARBOSA SILVA**

Graduanda em Odontologia pelo Centro Universitário UNIFBV/Wyden

**RIVALDO MARÇAL DOS ANJOS**

Graduando em Odontologia pelo Centro Universitário UNIFBV/Wyden

**EDUARDO DIAS COSTA**

Graduando em Odontologia pelo Centro Universitário UNIFBV/Wyden

**TALITHA CARACCILO DIDIER**

Graduada em Odontologia pela Faculdade de Odontologia do Recife – FOR;  
Residência em Oncologia e Cuidados Paliativos pela ASCES-UNITA; Especialista em  
Periodontia pela Faculdade de Odontologia do Recife - FOR

#### RESUMO

**Introdução:** A odontofobia, também conhecida como o medo extremo de consultas e tratamentos dentários, bem como do profissional dentista, é uma condição que muitas pessoas enfrentam. Este medo pode ser atribuído a uma variedade de fatores, incluindo experiências odontológicas passadas que foram dolorosas ou traumáticas, relatos assustadores de familiares sobre suas próprias experiências dentárias, ou simplesmente uma ansiedade geral em relação a procedimentos médicos. Nesse cenário, a música emerge como uma terapia não invasiva e promissora, que visa minimizar a ansiedade e o medo do tratamento odontológico nos pacientes. **Objetivo:** Discorrer por meio de uma revisão bibliográfica sobre os benefícios e aplicações clínicas da musicoterapia na prática clínica odontológica para controle da ansiedade. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura integrativa nas seguintes bases de dados online: BVS, Scielo e Pubmed, contendo as seguintes palavras-chaves: musicoterapia, ansiedade ao tratamento odontológico e clínica odontológica. **Resultados e Discussão:** Após uma análise abrangente, é evidente que há um consenso entre os diversos autores estudados de que o uso da música desempenha um papel significativo na redução dos sintomas de ansiedade, promovendo o bem-estar e a tranquilidade do paciente. Isso, por sua vez, tem um impacto

positivo na regulação da pressão arterial e da frequência cardíaca. No ambiente clínico odontológico, é possível que o cirurgião dentista adote a prática de fornecer aos pacientes fones de ouvido, permitindo que escolham a música de sua preferência, o que se mostra eficaz na atenuação da fobia. Entretanto, em situações de ansiedade mais severa, a presença de um musicoterapeuta qualificado torna-se crucial como parte integrante da equipe de tratamento. **Considerações finais:** A musicoterapia é uma abordagem simples, eficaz e de baixo custo, para a redução de ansiedade durante o atendimento clínico odontológico.

**Palavras-chaves:** musicoterapia; ansiedade ao tratamento odontológico; clínica odontológica.

### ABSTRACT

**Introduction:** Odontophobia, also known as the extreme fear of premature consultations and treatments, as well as the professional dentist, is a condition that many people face. This fear can be attributed to a variety of factors, including past dental experiences that were painful or traumatic, frightening accounts from family members about their own dental experiences, or simply a general anxiety about medical procedures. In this scenario, music emerges as a non-invasive and promising therapy, which aims to minimize anxiety and fear of dental treatment in our patients. **Objective:** To discuss, through a literature review, the benefits and clinical applications of music therapy in clinical dental practice to control anxiety. **Methodology:** This is an integrative literature review in the following online databases: VHL, Scielo and Pubmed, containing the following keywords: music therapy, dental treatment anxiety and dental clinic. **Results and Discussion:** After a comprehensive analysis, it is clear that there is a consensus among the various trained authors that the use of music plays a significant role in reducing anxiety symptoms, promoting patient well-being and tranquility. This, in turn, has a positive impact on the regulation of blood pressure and heart rate. In the clinical dental environment, it is possible for the dentist to adopt the practice of providing patients with headphones, allowing them to choose the music they prefer, or which has proven effective in alleviating the phobia. However, in more serious situations, the presence of an up-to-date music therapist becomes crucial as an integral part of the treatment team. **Final considerations:** Music therapy is a simple, effective and low-cost approach to reducing anxiety during clinical dental care.

**Keywords:** music therapy; anxiety about dental treatment; ontological clinic.

## 1. INTRODUÇÃO

Levando-se em conta o aspecto técnico, devemos entender a ansiedade como um fenômeno que ora nos beneficia ora nos prejudica, dependendo das circunstâncias ou intensidade, podendo tornar-se patológica, isto é, prejudicial ao nosso funcionamento psíquico (mental) e somático (corporal) (BVS, 2011). A ansiedade odontológica (AO) por sua vez é caracterizada por um temor contínuo e descontrolado em relação ao profissional de odontologia, às consultas e a todas as circunstâncias ligadas ao tratamento dentário, sendo influenciado por fatores como: traumas odontológicos prévios, especialmente na infância, medo da dor, e características individuais de personalidade. Esse sentimento pode dificultar a colaboração dos pacientes nas consultas odontológicas, contribuindo para um aumento nas interrupções no tratamento. (Aravena *et al.*, 2020)

Como resultados físicos desencadeados pela ansiedade, temos mudanças neurofisiológicas que levam ao aumento da pressão arterial sistólica e diastólica, da frequência cardíaca por minuto e da taxa respiratória. Portanto, os pacientes ansiosos podem manifestar variações em seus sinais vitais, o que requer uma vigilância rigorosa por parte do profissional de saúde. (Firmeza M. A. *et al.*, 2017; Sorribes *et al.*, 2023).

O gerenciamento da odontofobia pode ser abordado por meio de três principais estratégias: medicação, dispositivos médicos e intervenções não farmacológicas. Diversos tipos de medicamentos, incluindo benzodiazepínicos, barbitúricos, óxido nitroso, opióides e fitoterápicos, têm sido considerados para o tratamento. Além disso, aprimoramento nas técnicas anestésicas e procedimentos de extração dentária também demonstraram eficácia na redução da ansiedade dos pacientes. Além das opções anteriores, as intervenções não farmacológicas, como hipnose, massagem e utilização de músicas relaxantes, conteúdo audiovisual e tecnologias de realidade virtual têm sido empregadas para atenuar a ansiedade odontológica. (Hao T. *et al.*, 2023).

A musicoterapia é uma abordagem não invasiva, economicamente viável e eficaz para reduzir os níveis de ansiedade antes do tratamento dentário. Vale ressaltar que vários estudos relatam os efeitos benéficos tanto fisiológicos como psicológicos do uso da música. (Firmeza M. A. *et al.*, 2017; Aravena *et al.*, 2020; Gupta A. *et al.*, 2020; Gulnihar Y. *et al.*, 2020).

Diante desta problemática, o objetivo desse trabalho é fazer uma revisão de literatura integrativa nas bases de dados online, para discorrer sobre o conceito, os benefícios e aplicações clínicas da musicoterapia para controle da ansiedade na odontologia.

## **2. METODOLOGIA**

Analisar nas bases de dados BVS, Scielo e Pubmed, os trabalhos que continham os seguintes descritores: musicoterapia, ansiedade ao tratamento odontológico e clínica odontológica. Finalizado a coleta de dados foram encontrados 104 artigos sobre o assunto. Sendo os critérios de inclusão: artigos alinhados com a proposta da pesquisa, publicados dentro da janela de tempo entre 2018 e 2023 e com texto completo disponível para leitura. Os critérios de exclusão foram: referências duplicadas. Após aplicação dos critérios de elegibilidade, 16 artigos foram utilizados nessa revisão de literatura.

## **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

De uma forma breve 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. (Wazzan M. *et al.*, 2022; Xie L. *et al.*, 2023).

Alguns pacientes não expressam seus medos verbalmente, mas é possível observar suas manifestações clínicas: tensão muscular da face ou corpo, testa enrugada, pupilas dilatadas, lábios tensos, mãos agarradas ao braço da cadeira, sudorese, taquicardia, tremores, capacidade de atenção afetada ou recusa em ser atendido. No caso das crianças, a prevenção deve iniciar desde a gravidez. Todos esses desafios ressaltam a necessidade de gerenciar essa fobia na prática clínica, atualmente realizada por meio de técnicas de distração, intervenções psicoterapêuticas ou farmacológicas e terapia cognitiva. (Manterola E. R. *et al.*, 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. (Wazzan M. *et al.*, 2022).

O envolvimento com música, mesmo a simples exposição, pode elevar o ânimo, atenuar ou ocultar desconfortos como dor e ansiedade, contribuir para a saúde cardiovascular e promover maior integração social. (Sorribes R. *et al.*, 2023). De acordo com Firmeza *et al.*, em seu estudo randomizado, 85% dos pacientes que inicialmente tinham ansiedade moderada antes da musicoterapia, reduziram seu nível de ansiedade para 55% após a intervenção. Houve também uma diminuição na pressão arterial sistólica e diastólica, na frequência cardíaca e na taxa respiratória. Somado a isso, no estudo de Gupta *et al.*, 92% dos pacientes relataram que a música reduziu os níveis de ansiedade e 90% solicitaram que a música fosse tocada na próxima consulta.

O sentido da audição é o primeiro sentido funcional na vida humana, ele se desenvolve antes do sentido da visão na fase embrionária. Os efeitos ansiolíticos da música têm sido extensivamente estudados em diversos tratamentos médicos, incluindo cirúrgicos, cardíacos e oncológicos, levando à sua crescente integração nas áreas médica e odontológica. Além disso, a musicoterapia é empregada para melhorar a auto aceitação, tratar ansiedade e depressão em

pacientes com esclerose múltipla. Ela também tem a capacidade de distrair a atenção de estímulos estressantes, incluindo ruídos de fundo, redirecionando-a para um estado emocional mais agradável. Além disso, pode ser usada para reduzir a duração do procedimento e a quantidade de sedação necessária em pacientes submetidos a colonoscopia. (Wazzan M. *et al.*, 2022).

Na sociedade contemporânea, a apreciação de filmes e música é uma atividade comum. No contexto dos procedimentos de extração dentária, desviar temporariamente a atenção dos pacientes para essas formas de entretenimento pode ser uma estratégia eficaz para reduzir o medo odontológico. Além disso, aqueles que frequentemente utilizam tecnologia de realidade virtual podem aprimorar sua experiência de imersão com o uso de óculos tridimensionais (3D). Essas intervenções não farmacológicas são não invasivas, seguras e podem ser facilmente adaptadas às preferências de cada indivíduo. (Hao T. *et al.*, 2023; Tan K. *et al.*, 2023; Bagher S. M. *et al.*, 2023; Sorribes R. *et al.*, 2023).

Embora o tratamento odontológico atual seja praticamente isento de dor, graças à aplicação de anestesia local ou geral, muitas pessoas ainda o percebem como uma situação desconfortável, ameaçadora e confusa. Como resultado, o medo e a ansiedade são frequentemente experimentados pelos pacientes, não apenas durante procedimentos invasivos. A exposição a imagens, sons e odores relacionados ao ambiente odontológico, bem como as injeções, instrumentos utilizados e a sensação de falta de controle e previsibilidade, juntamente com a antecipação da dor, podem causar sofrimento mental aos pacientes. (Xie L. *et al.*, 2023).

A ansiedade pode causar uma série de efeitos fisiológicos, como midríase, taquicardia, hipertensão, hiperglicemia, elevação da temperatura corporal, aumento do colesterol, aumento da secreção de cortisol e oxigênio (dessaturação). Para mitigar a ansiedade odontológica e, portanto, esses sintomas, podem ser empregadas estratégias como pré-medicação, sedação, distração, hipnose e musicoterapia. (Tshiswaka S. *et al.*, 2020).

Dessa forma, as técnicas de manejo comportamental ganham destaque na área da odontologia. Evidências iniciais sugerem que essas técnicas podem superar os medicamentos ansiolíticos no tratamento da ansiedade odontológica. O uso da música como uma estratégia para controlar a ansiedade é uma dessas intervenções e é amplamente aceito tanto por pais quanto por pacientes pediátricos e adultos, bem como por profissionais da saúde. (Karapicak E. *et al.*, 2023; Firmeza M. A. *et al.*, 2017; Bradt J. *et al.*, 2018).

Contudo, o uso da música como distração pode não ser suficiente para superar a ansiedade relacionada a procedimentos odontológicos. Nesse cenário os Musicoterapeutas podem ensinar aos pacientes estratégias que envolvem a música para reorientação ativa da

atenção, respiração profunda guiada por música, relaxamento auxiliado pela música e imagens guiadas pela música. A reorientação ativa da atenção é mais eficaz quando o terapeuta está presente durante o tratamento, especialmente com pacientes altamente ansiosos. Isso permite que o terapeuta adapte a música conforme necessário, forneça orientações verbais para a reorientação e altere frequentemente a seleção musical para evitar habituação. No entanto, para pacientes com níveis leves a moderados de ansiedade, as técnicas de foco baseadas na música podem ser aprendidas antes do procedimento e utilizadas de forma independente durante o tratamento. (Tan K. *et al.*, 2023; Brandt J. *et al.*, 2018).

Atualmente, o principal método de intervenção musical para lidar com transtornos de ansiedade odontológica é que os pacientes utilizem fones de ouvido e ouçam música. Isso pode limitar a eficácia da música no tratamento dos sintomas. O uso de música escolhida pelo paciente é considerado altamente eficaz na seleção do material musical ouvido. Usar fones de ouvido, sempre que possível, ajuda a minimizar o impacto da música na equipe. Isso, por um lado, pode dificultar a comunicação entre a equipe e o paciente, mas, por outro lado, em ambientes ruidosos, pode mascarar sons perturbadores ou que causam ansiedade ao paciente. A música reproduzida em alto-falantes tem efeitos positivos e negativos na equipe da sala de cirurgia: pode dificultar a comunicação eficaz, mas também pode criar um ambiente de trabalho mais tranquilo. (Karapicak E. *et al.*, 2023; Hao T. *et al.*, 2023; Tan K. *et al.*, 2023).

Estudos indicam que clínicos gerais podem eficazmente tratar adultos com ansiedade dentária leve ou moderada. No entanto, casos de ansiedade odontológica severa ou fobia dentária frequentemente demandam intervenções mais especializadas, como a psicoterapia. Além disso, não há métodos profissionais de musicoterapia antes e durante a cirurgia. No futuro, a participação de psicoterapeutas ou musicoterapeutas em abordagens mais formais de musicoterapia pode resultar em melhores resultados. (Tan K. *et al.*, 2023).

Nenhum estudo investigou o impacto da audição musical em indivíduos com necessidades especiais, e também não houve análises sobre os efeitos das intervenções musicoterapêuticas que envolvem maior participação dos pacientes ansiosos. Musicoterapeutas são especializados em personalizar as experiências musicais de acordo com as necessidades individuais dos pacientes. Portanto, recomendamos que consultórios odontológicos considerem a possibilidade de envolver um musicoterapeuta para reduzir a ansiedade em pacientes pediátricos, adultos com ansiedade elevada e aqueles com necessidades especiais. O musicoterapeuta deve colaborar com os pacientes antes dos procedimentos para ensinar técnicas baseadas na música a serem aplicadas durante os tratamentos odontológicos. (Bradt J. *et al.*, 2018).

Pacientes com necessidades especiais podem requerer várias sessões com um musicoterapeuta para estabelecer uma relação de confiança e praticar habilidades baseadas na música várias vezes. No dia do tratamento, é aconselhável que o musicoterapeuta trabalhe com o paciente antes do procedimento odontológico e continue a proporcionar uma experiência relaxante e envolvente quando o paciente chegar ao consultório do dentista, a fim de prevenir um aumento da ansiedade no início do tratamento. (Karapicak E. *et al.*, 2023; Bradt J. *et al.*, 2018).

Os musicoterapeutas podem ensinar os pacientes a usar a audição musical para reorientar a atenção, praticar a respiração profunda orientada pela música, alcançar relaxamento através da música e explorar imagens guiadas pela música. A reorientação ativa da atenção é mais eficaz quando o terapeuta está presente durante o tratamento odontológico, beneficiando especialmente os pacientes altamente ansiosos. Isso permite que o terapeuta ajuste a seleção musical conforme necessário, forneça orientações verbais e altere frequentemente a música para evitar a habituação. Entretanto, para pacientes com ansiedade leve a moderada, as técnicas de foco baseadas na música podem ser aprendidas antes do procedimento e aplicadas de forma independente durante o tratamento. (Bradt J. *et al.*, 2018; Aravena P. *et al.*, 2020).

Algumas diretrizes clínicas para uso da audição musical podem ser aplicadas pelos dentistas como: música preferida do paciente, música relaxante, controle do volume, uso de fones de ouvido ou campo livre, realidade virtual, momento da intervenção musical e engajamento ativo. (Xie L. *et al.*, 2023; Hao T. *et al.*, 2023; Bradt J. *et al.*, 2018).

#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com base na revisão podemos 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, os que são altamente ansiosos e 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.

Para maximizar os benefícios do tratamento, as intervenções musicais devem ser iniciadas antes do início dos procedimentos odontológicos.

## REFERÊNCIAS

ARAVENA, P. C.; ALMONACID, C.; MANCILLA, M. I. Efeito da música em 432 Hz e 440 Hz na ansiedade odontológica e nos níveis de cortisol salivar em pacientes submetidos à extração dentária: um ensaio clínico randomizado. **Jornal de Ciência Oral Aplicada** [online], v. 28, 2020.

BAGHER, S.M.; FELEMBAN, O.M.; ALADIJANI, A. A.; TASHKANDI M. M.; BHADILA G. Y.; BAGHER A. M. The effect of virtual reality distraction on anxiety level during dental treatment among anxious pediatric patients: a randomized clinical trial. **J Clin Pediatr Dent**. 2023, 47(4):63-71.

BRADT J.; TEAGUE A. Teague A. Music interventions for dental anxiety. **Oral Dis**. 2018, 24(3):300-306.

CURITIBA. Prefeitura de Curitiba. Secretaria da Saúde de Curitiba. Ansiedade. In: BRASIL. Ministério da Saúde. **Biblioteca Virtual em Saúde. Brasília: Ministério da Saúde**, 2011.

FIRMEZA M. A.; RODRIGUES A. B.; MELO G. A. A.; AGUIAR M. I. F.; CUNHA G.H.; OLIVEIRA P. P. Controle da ansiedade por meio da música em ambulatório de cabeça e pescoço: ensaio clínico randomizado. **Rev esc enferm USP** [Internet]. 2017, 51:e03201.

GULNAHAR Y.; KUPELI I. Effect of Different Kinds of Music on Anxiety During Implant Surgery in Turkey: Randomized Controlled Study. **Int J Oral Maxillofac Implants**. 2020;35(4):762-766.

GUPTA A.; AHMED B. Experience of listening to music on patient anxiety during minor oral surgery procedures: a pilot study. **Br Dent J**. 2020,228(2):89-92.

HAO T.; PANG J.; LIU Q.; XIN P. A systematic review and network meta-analysis of virtual reality, audiovisuals and music interventions for reducing dental anxiety related to tooth extraction. **BMC oral health**, 23(1), 684, 2023.

KARAPICAK E.; DULGER K.; SAHIM E.; ALVER A. Investigation of the effect of music listened to by patients with moderate dental anxiety during restoration of posterior occlusal dental caries. **Clin Oral Investig**. 2023;27(7):3521-3530.

MANTEROLA E.; MORALES MANTEROLA L. M. El Miedo em Relación a la Odontología Uso de la Escala del Miedo Dental. **Ver. Fac. Odontol.** (B. Aires) 35(81): 33-40, 2020.

BURGHDAT S.; JORANYI S.; MAGNUCKI G., STRAUSS B., ROSENDAHL J. Non-pharmacological interventions for reducing mental distress in patients undergoing dental procedures: Systematic review and meta-analysis. **Journal of Dentistry**, v. 69,2018,Pages 22-31

SORRIBES R.; MARTÍNEZ G.; CARRICONDO G.; GÁLVEZ E. RODRIGUEZ A. Effect of virtual reality and music therapy on anxiety and perioperative pain in surgical extraction of impacted third molars. **J Am Dent Assoc.** 2023;154(3):206-214.

TAN K.; LIU H.; HUANG S.; LI C. Efficacy of Music Intervention for Dental Anxiety Disorders: A Systematic Review and Meta-Analysis. **Medicina (Kaunas, Lithuania)**, 59(2), 209, 2023.

TSHISWAKA; KALONGO S.; PINHEIRO S. Effect of music on reducing anxiety in children during dental treatment. **RGO - Revista Gaúcha de Odontologia [online]**. 2020, v. 68, e20200033.

WAZZAN M.; ESTATIA M.; GABRAWI S.; *et al.* The Effect of Music Therapy in Reducing Dental Anxiety and Lowering Physiological Stressors. **Acta Biomed.** 2022;92(6):e2021393.

XIE L.; MA Y.; SUN X.; YU Z. The effect of orthodontic pain on dental anxiety: a review. **J Clin Pediatr Dent.** 2023;47(5):32-36.