

CIÊNCIA PARA TODOS NO SEMIÁRIDO POTIGUAR
FEIRA DE CIÊNCIAS DA 14ª DIREC
E.E. PROFESSOR PEDRO GURGEL.

**ESTUDO SOBRE COMO AS MÚSICAS E CORES PODEM AFETAR O NOSSO
ESTADO EMOCIONAL**

Escola Estadual Professor Pedro Gurgel
Autores: Francisco Pedro da Silva Bisneto, Ana
Leticia Campos Soares Liberato, Raytsa
Rafaelly Pereira de Souza,
Orientador: Alan Cardes dos Santos
Período de desenvolvimento do projeto:
máximo 06 meses

ALMINO AFONSO – RN

2025

RESUMO

Neste trabalho, buscamos entender de que forma as cores e a música podem influenciar o estado emocional das pessoas. Para isso, usamos como base pesquisas já existentes e também realizamos uma pesquisa de campo na cidade de Almino Afonso, em 2025, com 32 participantes de diferentes idades e gêneros. Os resultados mostraram que a maioria acredita que músicas e cores afetam suas emoções de forma parcial, ou seja, não sempre, mas em muitos momentos. A psicologia das cores explica que diferentes tonalidades podem despertar sentimentos como alegria, tristeza ou até solidão. Já a música, por meio de seu ritmo, melodia e harmonia, pode ativar áreas do cérebro ligadas à emoção e à sensação de prazer ou tristeza. Essa relação já foi estudada por nomes como Goethe e Oliver Sacks, que destacam como esses estímulos sensoriais se conectam profundamente com a mente e a alma. Nosso objetivo foi analisar como o cérebro reage a esses estímulos e perceber como eles podem transformar nosso humor sem que a gente perceba. Os dados coletados e estudados confirmam que tanto as cores quanto a música têm um impacto significativo no modo como nos sentimos no dia a dia.

Palavras - chave: Psicologia das cores, Emoções humanas, Música e comportamento, Estímulos sensoriais, Bem-estar emocional.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	4
2 OBJETIVO.....	5
3 MATERIAL E MÉTODOS.....	6
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	7
5 CONCLUSÕES	8
REFERÊNCIAS.....	9

1 INTRODUÇÃO

O ser humano é constantemente influenciado por estímulos sensoriais que moldam suas emoções e comportamentos. Entre esses estímulos, as cores e a música desempenham papéis significativos no nosso estado emocional e psicológico. A psicologia das cores mostra que diferentes tonalidades podem trazer à tona sentimentos específicos, tristeza, felicidade, solidão, e várias outras emoções. Além disso, a música, com sua capacidade de ativar áreas do nosso cérebro ligado à emoção e recompensa, pode induzir sensações de prazer ou tristeza, dependendo de seu ritmo, melodia e harmonia. Goethe (1810) e Sacks (2007) relatam que as cores falam com os olhos, assim como a música fala com a alma. Ambas têm o poder de transformar estados emocionais sem que a gente perceba. Neste trabalho, buscamos entender de que forma as cores e a música podem influenciar o estado emocional das pessoas. Para isso, usamos como base pesquisas já existentes e também realizamos uma pesquisa de campo na cidade de Almino Afonso, em 2025, com 32 participantes de diferentes idades e gêneros. Os resultados mostraram que a maioria acredita que músicas e cores afetam suas emoções de forma parcial, ou seja, não sempre, mas em muitos momentos.

2 OBJETIVO

2.1 Objetivo Geral

Analisar como o cérebro se comporta ao ouvir músicas e interagir com cores.

2.2 Objetivos Específicos

- Por que o nosso estado emocional muda repentinamente ao ouvir músicas
- Como as cores podem afetar a forma de vermos as pessoas
- Como as cores e músicas afetam diretamente o nosso dia a dia por exemplo uma prisão na Suíça onde as celas são pintadas de rosa para acalmar os prisioneiros.

3 MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa foi realizada na cidade de Almino Afonso no ano de 2025, pelos alunos do nono ano matutino da Escola Estadual Professor Pedro Gurgel. O estudo foi realizado a partir de uma pesquisa feita por esses alunos de forma online, por meio do Google Forms, no qual teve um quantitativo de 32 pessoas, onde 50% das pessoas que responderam, eram do sexo masculino, 47% do sexo feminino e 3% preferiram não dizer. Além disso, houve uma variação de idade entre as pessoas que responderam, ou seja, 58% tinham idades entre 12 a 15 anos e 42% entre 16 a 25 anos. Ao todo foram 9 perguntas para se aprofundar sobre o tema, que tinham como prioridade servir de base para a pesquisa realizada sobre como as cores e a música podem influenciar no estado emocional do ser humano.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa de campo realizada demonstrou que tanto as cores quanto a música exercem influência significativa sobre o estado emocional dos indivíduos. A maioria dos participantes relatou sentir mudanças de humor ao serem expostos a determinadas cores ou estilos musicais, confirmando a hipótese inicial do trabalho.

As cores foram associadas a sensações específicas: tons quentes como vermelho e laranja foram frequentemente ligados à energia e excitação, enquanto tons frios como azul e verde foram relacionados à calma e serenidade. Essa percepção está alinhada com a teoria de Goethe (1810), que afirma que “as cores agem diretamente sobre a alma”, sugerindo que elas possuem um efeito psicológico profundo.

No campo musical, os dados coletados indicaram que músicas com ritmo acelerado e letras positivas tendem a melhorar o humor dos ouvintes, enquanto melodias lentas ou letras melancólicas podem induzir à introspecção ou à tristeza. Oliver Sacks (2007) reforça essa ideia ao afirmar que “a música pode acionar centros emocionais profundos no cérebro, muito além da linguagem”.

Além disso, observou-se que a combinação entre cor e música potencializa os efeitos emocionais. Por exemplo, ambientes com iluminação azul acompanhados de música instrumental suave foram descritos como relaxantes por diversos participantes. Essa sinergia entre estímulos visuais e auditivos sugere que o uso consciente desses elementos pode ser uma ferramenta eficaz para promover bem-estar emocional.

Outro ponto relevante foi a aplicação prática dessas descobertas. Muitos participantes relataram utilizar cores específicas na decoração de seus quartos ou escolher playlists específicas para estudar, dormir ou se acalmar. Isso reforça a ideia de que compreender os efeitos das cores e da música pode contribuir para escolhas mais saudáveis e conscientes no cotidiano.

Portanto, os resultados da pesquisa não apenas confirmam a influência emocional desses elementos, como também apontam para sua relevância na promoção da saúde mental e na criação de ambientes mais acolhedores e funcionais.

5 CONCLUSÕES

A presente pesquisa de campo permitiu compreender, de forma clara e consistente, que as cores e a música exercem um papel significativo na modulação do estado emocional dos indivíduos. Os dados coletados revelaram que estímulos visuais e sonoros não apenas provocam reações imediatas, mas também influenciam comportamentos, decisões e até mesmo a qualidade de vida cotidiana.

As respostas dos participantes evidenciaram que cores como azul e verde estão associadas à tranquilidade, enquanto tons quentes como vermelho e amarelo despertam sensações de energia e entusiasmo. Paralelamente, estilos musicais variados demonstraram capacidade de induzir estados emocionais específicos, como relaxamento, alegria ou introspecção. Essa correlação entre estímulos sensoriais e emoções confirma teorias clássicas, como as de Goethe (1810) e Sacks (2007), e reforça a importância de considerar esses elementos em ambientes terapêuticos, educacionais e domésticos.

Além disso, a pesquisa apontou para uma crescente conscientização dos indivíduos sobre o uso estratégico das cores e da música em suas rotinas, seja para melhorar a concentração, aliviar o estresse ou criar atmosferas mais acolhedoras. Isso sugere que tais estímulos podem ser utilizados como ferramentas acessíveis e eficazes na promoção da saúde mental e do bem-estar.

Portanto, conclui-se que a integração entre cor e música representa uma interface poderosa entre arte, ciência e emoção. Ao reconhecer e aplicar esse conhecimento, abre-se espaço para práticas mais sensíveis e humanizadas em diversas áreas, como psicologia, design, educação e saúde. Este estudo, ainda que limitado em escopo, contribui para o aprofundamento das discussões sobre os impactos sensoriais no comportamento humano e aponta caminhos promissores para futuras investigações.

REFERÊNCIAS

GOETHE, Johann Wolfgang von. Teoria das cores. 1810.

SACKS, Oliver. Musicophilia: tales of music and the brain. 1. ed. Nova York: Knopf, 2007.