

ARTIGO ORIGINAL – DOSSIÉ “MÚSICA E MULHERES”

A potência terapêutica da música de mulheres negras: perspectivas para a clínica

Sara Santos Dias Costa 

Faculdades Associadas de Uberaba, Departamento de Psicologia | Uberaba, Minas Gerais, Brasil

Maylla Monnik Rodrigues de Sousa Chaveiro 

Universidade Estadual de Maringá | Maringá, Paraná, Brasil

Resumo: O presente artigo busca investigar o uso da música composta e/ou interpretada por mulheres negras brasileiras como uma ferramenta terapêutica na prática clínica racializada. Realizou-se uma análise qualitativa das composições musicais *Acalanto*, de Luedji Luna, e *Povoada*, de Sued Nunes, investigando elementos essenciais para a saúde mental do povo negro, como a construção da identidade negra, pertencimento, quilombamento e ancestralidade presentes nas composições, além de reflexões sobre como esses exemplos podem ser utilizados em intervenções clínicas. Foram utilizadas referências interdisciplinares a fim de aprofundar as discussões sobre a intersecção entre música, saúde mental e mulheres negras. Os resultados destacaram que as músicas analisadas permitem questionar papéis históricos atribuídos a mulheres negras, atuando como meio de expressão, resistência e ressignificação de trajetórias de vida. Estudos futuros podem se concentrar em análises de outras músicas que dialoguem sobre as diversas opressões sociais que afetam as mulheres.

Palavras-chave: Saúde Mental, Negritude, Clínica Racializada, Gênero, Musicoterapia.

Abstract: This article aims to investigate the use of music composed and/or performed by black Brazilian women as a therapeutic tool in racialized clinical practice. A qualitative analysis of the musical compositions *Acalanto*, by Luedji Luna, and *Povoada*, by Sued Nunes, was carried out, investigating essential elements for the mental health of black people, such as the construction of black identity, belonging, quilombola and ancestry present in the compositions, in addition to reflections on how these examples can be used in clinical interventions. Interdisciplinary references were used in order to deepen discussions on the intersection between music, mental health and black women. The results highlighted that the analyzed songs allow us to question historical roles attributed to black women, acting as a means of expression, resistance and ressignification of life trajectories. Future studies can focus on analyzing other songs that discuss the various social oppressions that affect women.

Keywords: Mental Health, Blackness, Racialized Clinic, Gender, Music Therapy.

*A noite não adormecerá
jamais nos olhos das fêmeas
pois do nosso sangue-mulher
de nosso líquido lembraço
em cada gota que jorra
um fio invisível e tônico
pacientemente cose a rede.*
Conceição Evaristo

Este artigo tem como objetivo investigar o uso da música composta e/ou interpretada por mulheres negras brasileiras como uma ferramenta terapêutica na prática clínica racializada. Entende-se por clínica racializada um modo de operar, compreender e analisar os construtos e ferramentas clínicas em saúde mental a partir de uma escuta política das angústias sociais, considerando o ser humano como um ser biopsicossocial com uma estrutura única, histórica e pessoal. Uma vez que todas as pessoas fazem parte de uma categoria racial, essa pertença racial modula suas perspectivas e afetos, além de estruturar a nossa subjetividade. Em outras palavras, a clínica racializada, ou mais precisamente, a clínica multiracializada “versa sobre a importância de um comprometimento ético-político no fazer profissional para compreensão de raça, classe e gênero como elementos estruturais da subjetividade” (Borges; Gomes, 2023, p. 197).

O processo de colonização produziu efeitos devastadores na saúde do povo negro, desde a retirada forçada de sua terra e de sua língua, até a perda de seus laços afetivos e referências tão significativas. No entanto, as formas de preservação da saúde mental desempenharam historicamente um papel fundamental, cujos impactos permanecem evidentes até os dias atuais, a citar o canto, a dança e a espiritualidade; todas essas possibilidades podem contribuir sobremaneira para o resgate do senso de identidade e de coletividade, bem como a construção de quilombos (Veiga, 2019). Acerca dessas estratégias, Chaveiro (2023) destaca a necessidade de fortalecer tudo o que foi desrespeitado no passado, honrando o legado ancestral e mantendo a consciência das armadilhas coloniais para evitar danos à saúde. Não se trata, assim, apenas de curar as feridas do racismo e da colonialidade, mas de traçar caminhos para as próximas gerações.

Tainá Amaro e Amana Mattos (2022) também sustentam essa perspectiva ao destacarem que o povo negro historicamente recorreu aos recursos da arte como forma de resistência, seja através do

rap, do samba, jazz, blues, entre outros. Em suas análises, fundamentadas em outros autores, as formas de (re)existência das pessoas pretas, como exemplificado pelo movimento Hip Hop, são marcadas pelo desafio ao racismo, ao preconceito e às discriminações, mas, sobretudo, pela posse da palavra. Nesse sentido, “Diante de diversas formas de desumanização, o rap produz humanização quando diz para o menino preto que ele pode chorar e para menina preta que ela pode sonhar” (p. 302). Propostas como essas não apenas contribuem para a criação de novas formas de ser e estar no mundo, mas também podem ser consideradas ferramentas antirracistas.

A música de mulheres negras, por exemplo, frequentemente reflete suas experiências de vida, incluindo a luta contra os diferentes sistemas opressivos, como o racismo, o sexism, entre outros. De tal modo que se torna importante discutir o conceito de interseccionalidade como uma ferramenta para repensar e problematizar os diferentes sistemas de poder que atravessam os variados fenômenos sociais e culturais. Nas palavras de Nadja Gumes e Tatiana Lima (2024, p. 12):

A música produzida por mulheres negras, indígenas e pessoas LGBTQUIAPN+, ao ser analisada pela lente da interseccionalidade, nos fornece instrumentos para a compreensão de diversos eixos de opressão que afetam a produção, circulação e recepção das suas produções e que refletem no “idioma” estético dessas musicalidades. Essas chamadas minorias enfrentam desafios adicionais no sistema de poder, e trazer essa perspectiva para os estudos de som e música pode nos ajudar a compreender, de forma analítica e científica pluriversal, as razões pelas quais essas pessoas têm sido historicamente sub-representadas na indústria da música, mas também a pensar como essas questões se materializam em sonoridades afrodisíspóricas (Gumes e Lima, 2024, p. 12).

Devemos, assim, destacar a importância da perspectiva interseccional para enriquecer as discussões nos estudos sobre música, considerando os diferentes marcadores sociais, como por exemplo raça/etnia, gênero, sexualidade, classe social, entre outros, na experiência artística de mulheres negras. A interseccionalidade, conceito cunhado pela jurista negra Kimberlé Crenshaw em 1989, no contexto dos movimentos sociais de mulheres negras nos Estados Unidos, possibilita pensar diferentes fenômenos, como as práticas musicais, de maneira inseparável ao racismo estrutural, ao capitalismo e cisheteropatriarcado (Gumes e Lima, 2024). Em outras palavras:

A música é uma prática política que promove engajamento pelas sonoridades, performances e corporeidades. Artistas negras/os, indígenas, LGBTQUIAPN+ e mulheres trazem suas experiências individuais moldadas por experiências sociais de opressão e

resistência. Ao pensar em cena afrolatina/diaspórica nos aliamos à perspectiva do feminismo decolonial (e negro), o qual traz debates produtivos para que possamos "superar estereótipos de gênero, privilégios de classe e cisheteronormatividades articuladas em nível global" (Akotirene, 2019, p. 17) que, muitas vezes, acompanham nossas análises musicais (Gumes e Lima, 2024, p. 6).

Nesse sentido, entrelaçar as categorias de gênero e raça/etnia é, em outras palavras, reconhecer que essas são dimensões fundamentais para compreender as dinâmicas sociais e as múltiplas formas de dominação e opressão. As vivências de ser mulher não podem ser vistas de forma independente das experiências de ser mulher negra, pois ambas estão interconectadas (Akotirene, 2018; Collins, 2021; Crenshaw, 1989; 2002). De maneira análoga, as vivências de mulheres que são compositoras e/ou intérpretes musicais não podem ser dissociadas dos vetores que atravessam a constituição das subjetividades. Uma vez que:

Os fenômenos culturais estão sujeitos a diversos eixos de submissão e a outras discriminações que criam desigualdades e estruturam as posições subalternizadas no sistema de poder. As práticas musicais afro-latinas/diaspóricas estão sujeitas a essa estrutura de poder racista porque os sujeitos e sujeitas racializadas/os vivenciam cotidianamente a experiência do racismo, do sexism (Gumes e Lima, 2024, p. 9).

Um dado importante é que, mesmo nos movimentos feministas que não sejam interseccionais e negros, a mulher negra é frequentemente vista através de estereótipos. Somando-se às desigualdades que permeiam suas vivências, muitas vezes seus sonhos são desconsiderados, relegando-as a um papel focado apenas na subsistência (Amaro e Mattos, 2022). Desse ponto de vista, nossas discussões aqui visam não apenas chamar a atenção para como a música pode questionar o lugar historicamente imposto às mulheres negras, mas também refletir sobre como essa ferramenta pode atuar como meio de ressignificação de outras histórias de vida e, simultaneamente, como ato político; narrativas de mulheres negras, para mulheres negras, sobre mulheres negras.

Laila Rosa e Isabel Nogueira (2015), ao refletirem sobre as perspectivas feministas pós-coloniais na criação musical, destacam que as mulheres vivenciam diariamente experiências de exclusão em diversos contextos onde há papéis de protagonismo, como por exemplo, em orquestras, concertos, concursos de composição ou livros de história da música. Essa realidade acaba sendo vista como uma suposta condição de normalidade. Nesse sentido, a produção musical de mulheres no centro do

debate questiona os mecanismos instituídos de negação de toda e qualquer forma de ocupação dos espaços públicos ou simbólicos, além da sua própria possibilidade de criação.

À medida que nos debruçamos sobre as potencialidades da música como ferramenta política de resistência e expressão, as implicações subjetivas para quem a escuta e a utiliza em seus espaços laborais emergem como temáticas fundamentais para uma compreensão mais detalhada sobre o seu uso no contexto clínico. Nesse sentido, a música composta e/ou interpretada por mulheres negras pode facilitar a expressão de narrativas que, por um lado, podem ser difíceis de serem verbalizadas e, por outro, podem nunca ter sido concebidas ou acolhidas anteriormente, exceto por meio da escuta de outras vozes e narrativas de vida. Deste modo, a música como ferramenta terapêutica não apenas oferece um espaço para a expressão e o compartilhamento de emoções e reflexões, mas também promove um contato mais próximo com as histórias de vida de outras pessoas. Conforme Darlene Donda e Eliseth Leão (2021, p. 2):

A música é a linguagem das emoções. É simultaneamente cultura e arte. Ela reproduz nossos sentimentos interiores, a mistura de sensações e está presente em todas as culturas. É uma ferramenta terapêutica acessível, de baixo custo, com potencial uso terapêutico e clínico, para o tratamento de diversas condições clínicas e melhor qualidade de vida (Donda e Leão, 2021, p. 2).

Em vista desse panorama, este trabalho se justifica pela necessidade de discutir ferramentas que possam ser utilizadas na promoção da saúde mental do povo negro. Ao resgatar a história, a identidade, a noção de pertencimento, o aquilombamento, a ancestralidade e outros elementos imprescindíveis, buscamos enfatizar a importância desses aspectos em diferentes contextos. Quanto à escolha da música de mulheres negras, ela se justifica pelo silenciamento imperativo que essas mulheres enfrentam, dado que há poucos estudos e/ou registros acadêmicos voltados para o protagonismo de musicistas negras (Rosa e Câmara, 2019). Além disso, é preciso considerar os diferentes processos cotidianos que atravessam as vidas, que, como já mencionado, são marcados por interseccionalidades, o que tem gerado, nos últimos anos, um crescente interesse no desenvolvimento de estudos sobre práticas musicais e relações de gênero no Brasil. Esta pesquisa se insere nesse campo,

buscando um maior aprofundamento na área ao integrar, além das perspectivas de gênero e raça, um diálogo com aspectos relevantes para a saúde mental de pessoas negras.

O racismo, o patriarcal, o sexismo e outros marcadores de opressão disseminaram discursos que historicamente excluíram as mulheres negras de espaços de poder, perpetuando a marginalização e a invisibilidade dessas vozes em diversas esferas sociais. Além disso, o racismo criou autoimagens turvas, prejudicando a capacidade de amor-próprio e autoestima, o que, por sua vez, torna fundamental uma postura profissional que escute o paciente¹ de maneira abrangente. Essa escuta deve ir além do que é dito explicitamente, considerando também os sintomas que o adoece, conforme sugere Veiga (2019). Isso implica uma análise diligente das sutilezas e nuances da comunicação do paciente, reconhecendo que nem sempre as palavras expressam os aspectos estruturais, sociais e políticos de suas experiências e sofrimentos cotidianos.

A intersecção entre estudos sobre música e relações de gênero está situada em um panorama predominantemente masculino, branco, androcêntrico e eurocêntrico, marcado pelo que afirmamos anteriormente: a exclusão e o silenciamento de mulheres, assim como de outros grupos historicamente marginalizados por questões étnico-raciais, geopolíticas, classistas, culturais e outras, indicando a emergência de pesquisas que entrelaçam as temáticas supracitadas (Zerbinatti; Nogueira; Pedro, 2018). A análise crítica desse contexto, em paralelo a propostas interventivas, pode contribuir para a construção de um campo mais plural, que não apenas reconheça, mas também utilize a construção dessas narrativas como um elemento de caráter promissor e terapêutico.

Desse modo, propomos aqui alguns questionamentos sobre o uso da música nas práticas clínicas em saúde mental a partir das seguintes indagações: a) como é possível articular a música de mulheres negras brasileiras às intervenções clínicas, considerando os processos psicológicos, sociais, culturais e políticos? b) como as práticas musicais contribuem para pensarmos a escuta e as reflexões clínicas no quesito raça/etnia? Longe de esgotar as discussões dessas questões, pretendemos iniciar um debate a partir da ferramenta musical como um recurso terapêutico possível nesse contexto, considerando suas respectivas implicações em saúde mental.

¹ Neste manuscrito, o termo “paciente” será utilizado para referenciar o público-alvo das intervenções clínicas. Destaca-se que a clínica racializada busca, contudo, oferecer condições para que as pessoas negras não permaneçam na condição de *pacientes*, mas agentes e protagonistas de sua/nossa própria história.

Cabe ressaltar ainda que, embora o escrito utilize os termos “clínica racializada” ou “clínica multiracializada” como dispositivos afeitos a processos terapêuticos, propomos reflexões sobre o uso da música em diferentes intervenções clínicas em saúde mental, e não exclusivamente em processos de psicoterapia propriamente ditos realizados por psicólogos e psicólogas. A música como ferramenta terapêutica pode ser utilizada por diferentes profissionais, em diferentes contextos.

1. Música como ferramenta terapêutica

O uso da música nas intervenções clínicas deve ser cuidadosamente considerado sob diferentes perspectivas, a começar pelos condutores desse processo. Queremos ressaltar, contudo, que ela pode ser utilizada por profissionais de diversas áreas e em diferentes contextos (Donda; Leão, 2021), desde que se considerem as nuances e particularidades para sua aplicação, bem como a motivação por trás da escolha das composições musicais. Nesse sentido, ao utilizarmos os termos “intervenções clínicas” e “clínica multiracializada” propomos discutir sobre diferentes possibilidades de intervenções e propostas que possam ter, entre seus objetivos, finalidades terapêuticas. Isso inclui desde processos típicos de psicoterapia, em seus diferentes formatos, até processos grupais, oficinas e rodas de conversa, tanto presenciais quanto online, em um único encontro ou em várias sessões.

Nesse sentido, a música possui potencial de utilização em todo o ciclo vital humano, de maneira informal e/ou sistematizada em projetos relacionados à saúde humana. Nestes casos, contudo, chamamos a atenção para uma prática voltada não para o entretenimento, pautada no senso comum, o que, em se tratando de saúde, e mais precisamente, saúde mental, além de desaconselhável, pode ser até mesmo perigoso (Donda & Leão, 2021). Enfatizamos, assim, um processo sistematizado, pautado em objetivos terapêuticos e referenciais teóricos. Neste manuscrito, nossos fundamentos, como abordado anteriormente, se baseiam na clínica racializada (Amaro; Mattos, 2022; Borges; Gomes, 2023; Chaveiro, 2023), entretanto, é possível utilizar a música como um recurso terapêutico, com base em outras perspectivas epistemológicas.

Darlene Donda e Eliseth Leão (2021), buscando identificar e caracterizar as intervenções musicais de projetos na área de saúde em cenários gerais e especializados propuseram a seguinte

indagação: “Quais modelos teóricos podem auxiliar nas intervenções musicais?”. Para isso, realizaram uma pesquisa bibliográfica utilizando a base de dados *Pubmed*, no período de 20 anos (1995 a 2015), além de buscas de projetos na *internet*, ambos direcionados à música e saúde. Como resultado, perceberam que, mesmo os projetos conduzidos há bastante tempo, não necessariamente havia informações específicas sobre referencial teórico, ainda que houvesse delimitações dos seus objetivos terapêuticos. Nas palavras das autoras, “O referencial teórico serve para balizar não só uma pesquisa científica, mas também a prática profissional, qualquer que seja ela.” (p. 6).

Frente às discussões sobre os condutores dos processos terapêuticos, a importância de se pensar nos objetivos dos trabalhos propostos e em seus fundamentos teóricos, cabe agora sinalizar possibilidades técnicas e de manejo da música na clínica racializada, de forma mais estruturada e efetiva. Para isso, serão apresentadas discussões qualitativas utilizando as composições musicais *Acalanto*, da cantora e compositora Luedji Luna, e *Povoada*, da cantora e compositora Sued Nunes, duas vozes que têm se destacado entre a nova geração de artistas baianas por abordarem, entre tantos assuntos, a pauta antirracista. As músicas foram selecionadas com base nas experiências clínicas das autoras, devido à sua relevância nesse contexto, por apresentarem narrativas possíveis de reflexões sobre temáticas como construção da identidade negra, pertencimento, aquilombamento e ancestralidade, além de serem compostas por mulheres negras brasileiras.

Ressalta-se, no entanto, que ao analisar tais composições musicais, o estudo se concentra especificamente no recorte das letras, um dos elementos musicais que impactam o desenvolvimento humano. Desse modo, a análise das letras representa um recorte dentro de um conjunto mais amplo de possibilidades, como melodias, harmonias, instrumentação, gênero musical, entre outros.

A composição musical *Acalanto* teve suas origens em uma história de amor platônico e nas adaptações às mudanças na vida da cantora, que havia se mudado recentemente para São Paulo. Em suas redes sociais, Luedji Luna publicou que sempre desejou compartilhar a inspiração por trás da criação da canção, o que resultou em duas publicações sequenciais sobre o assunto².

² Link de acesso para a primeira parte do vídeo:
<<https://www.instagram.com/reel/C0AONkmpZ3m/?igsh=MWduaXV1dzc1ZjVkZQ==>> Acesso em: 20 ago. 2025.
Link de acesso para a segunda parte do vídeo:
<<https://www.instagram.com/reel/C0SUIB7JGc8/?igsh=MTZlZjl2c2J0djY1ZQ==>> Acesso em: 20 ago. 2025.

FIGURA 1 – Capa do Álbum da música *Acalanto* da artista Luedji Luna.



Fonte: Luna (2017)

Nesse sentido, diante daquele momento de vida, Luedji compôs narrativas que integram *Acalanto*, refletindo suas vivências e sentimentos. A letra da música surge, assim, como um espaço de expressão íntima, carregada de significados pessoais, mas também coletivos, que podem ser analisados de diferentes formas. Cabe, portanto, ampliar as reflexões sobre a composição musical, investigando como esses elementos se conectam com temas mais amplos. Conforme a letra:

Eu vou andando pelo mundo como posso. E me refaço em cada passo dado. Eu faço o que devo, e acho. Não me encaixo em nada. Não me encaixo, em nada. Presto atenção nas dores. E choro canções. Da boca da noite. Ao mais tardar das horas. Pensamento meu viaja. Oh, até o amanhecer. Quem é que vai ser acalanto agora? Agora, agora que eu não sinto nada mais. E nada faz sentido (Luedji Luna, 2018).

Destacamos, inicialmente, um processo de respeito ao tempo e às vivências subjetivas quando a canção menciona ‘Eu vou andando pelo mundo como posso. E me refaço em cada passo dado’; sentimento de inadequação em ‘Não me encaixo em nada’; autoconhecimento, quando salienta ‘Presto atenção nas dores’; e angústias, ao mencionar ‘E choro canções’. É possível também estabelecer analogias sobre vivências relativas ao amor idealizado, sonhos, desejos e fantasias, quando se diz ‘Pensamento meu viaja’. No entanto, o percurso direciona para a seguinte indagação ‘Quem é que vai

ser acalanto agora?”, demonstrando uma quebra de expectativa.

Bárbara Borges e Francinai Gomes (2023) destacam que, apropriar-se de si envolve conhecer a sua história, mas sobretudo suas vulnerabilidades e desejos; este é um possível caminho para se romper com medos e descobrir as potencialidades. Embora tenhamos em nossa construção histórica recursos como a música, a dança e outras práticas de acolhimento, conforme discutido no corpus da presente pesquisa, nem sempre temos a possibilidade de vivenciar determinados prazeres, de forma plena; um corpo enquanto mediador, mas também produtor de emoções, sensações, movimentos.

Quando se trata do amor romântico para o povo negro, é crucial reconhecer que ele muitas vezes é associado à cura e a uma visão utópica onde os sofrimentos históricos poderiam ser apagados ou esquecidos, dificultando o processo de autoconhecimento (Borges; Gomes, 2023). Enfatizamos que essa compreensão não se trata de uma análise acerca da trajetória pessoal de Luedji, mas de compreender as possíveis marcas subjetivas que permeiam as histórias de vida do povo negro, refletidas e ressignificadas por meio dessas narrativas.

A teórica feminista e ativista afro-americana Gloria Jean Watkins, conhecida pelo pseudônimo bell hooks, grafado em letras minúsculas por um posicionamento político da autora, com o intuito de deslocar a atenção para as ideias e o conteúdo de suas obras, e não para sua pessoa, razão pela qual também será adotado neste manuscrito, oferece em “Vivendo de Amor” (2010) reflexões profundas sobre as relações de afeto entre pessoas negras, destacando a importância de que recebam afeto para que também possam vivenciar o amor como um ato político.

Nesse sentido, embora *Acalanto* atravesse a temática do amor, suas narrativas também oferecem contribuições importantes sobre a construção e (re)construção de si, a solidão da mulher negra, a jornada de aceitação e, mais precisamente, a identidade negra. Destacamos, assim, narrativas musicais que ilustram as vivências pessoais de uma mulher negra, atuando como uma ferramenta de expressão. Por outro lado, essas narrativas podem constituir um recurso que possibilita identificações e reflexões, bem como o processo de escuta de si a partir de quem as escuta. Nesse processo de autoconhecimento “não significa que estaremos livres da alienação ou do sofrimento, mas que estamos implicados e compreendemos que o movimento da vida não é linear e se constrói no fazer” (Borges; Gomes, 2024, p.13).

No que se refere à música *Povoada*, em nossas análises qualitativas, suas narrativas transmitem aspectos relativos à afirmação da identidade do ponto de vista coletivo. A música inicia com as seguintes afirmações: *Povoada*. Quem falou que eu ando só? Nessa terra, nesse chão de meu Deus. Sou uma, mas não sou só³, transmitindo a ideia de pertencimento, conexão com forças espirituais, o desafio à solidão, mas também uma celebração do coletivo e da ancestralidade.

FIGURA 2 – Capa do Álbum da música *Povoada* da artista Sued Nunes.



Fonte: Nunes (2021)

Além disso, no videoclipe oficial³ Sued inicia com um diálogo no qual diz: “Ei, ‘Povoada’ é um nome curioso, né? Porque a gente sempre fala de ‘Povoada’ em relação à Terra, né? A Terra é povoada. Mas eu também sou terra. A gente também é terra de povoar.” Nesse momento, uma pessoa mais velha responde: “Deus te ajude e te livre do mal. Te desejo tudo de bom, viu, filha? (Povoada!) Eu sou uma, mas não sou só, minha filha.” Essa reflexão nos conduz a duas análises fundamentais: a primeira diz respeito à relação com os ancestrais e ao significado expressivo que essa relação assume para o povo negro. A segunda perspectiva se refere à relação que se estabelece entre os povos e a terra; o território não é apenas o espaço físico onde se vive, mas algo que abrange outros elementos essenciais à vida.

Chaveiro (2024), ao destacar o uso da arte como fio condutor para o fortalecimento das identidades negras, enfatiza a importância dos saberes ancestrais do povo negro, bem como da saúde

³ Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=dIFzUVxAB8c>> Acesso em: 20 ago. 2025.

espiritual em paralelo à saúde mental. Nesse contexto, é essencial refletir sobre a ancestralidade e considerar os caminhos que ela nos aponta para a construção da nossa própria afro-subjetividade. Conforme Sara Machado e a Mestra Janja Araújo (2015):

A referência à ancestralidade diz de quem somos nós, a quem devemos a nossa existência aqui e agora, mas vai além dos laços consanguíneos, trazendo seu sentido para o pertencimento. Implica em conhecer e reconhecer-se na construção de sua própria história e missão de vida. A ancestralidade remete não ao passado descolado do presente e do futuro, mas a partir da ideia do tempo circular, não-linear. Ela remete ao reconhecimento dos valores e sentidos que nos conformam, que dão sentido à nossa autopercepção no mundo, ao autoconhecimento, à compreensão mais ampla de nossa própria existência. Ancestralidade que envolve a dimensão espiritual, passando pelo corpo e pela natureza (2015, p. 107).

Nessa direção, a discussão sobre as relações étnico-raciais está estritamente ligada à compreensão da importância que os outros têm em nossa história. Consideramos “outros” como nosso próprio povo. Como observam Nadja Gumes et al. (2023, p. 9), “pensar nas ‘raízes’ não constitui um movimento regressivo, de retorno e conservação, mas aciona o caráter dinâmico das cenas. É no movimento entre essência/não essência, fixo/móvel, passado/presente/futuro que a cena se constrói.” Assim, essa organização coletiva pode ser entendida como um movimento de aquilombamento — aquilombar-se enquanto ato histórico, político e cultural — capaz de promover saúde mental. Em analogia à música de Sued, é necessário então povoar e ser povoada.

Tomando essas análises como exemplo, as possibilidades de manejo incluem ouvir essas narrativas e investigar suas conexões às histórias de vida, além de compreender como a ancestralidade pode ser acessada e trabalhada na prática clínica (Chaveiro, 2024). Utilizar a música como ferramenta metodológica nesse contexto envolve investigar como os processos subjetivos emergem durante as intervenções, com o objetivo de fomentar um diálogo e uma escuta que possibilitem a transformação das cicatrizes coloniais e o fortalecimento ancestral, através de um espaço de fala, escuta e afeto. Nas palavras de Neusa Santos Souza (1983, p. 17) “Uma das formas de exercer autonomia é possuir um discurso sobre si mesmo”. Assim, a principal abordagem a ser adotada é fortalecer a pessoa negra em todos os aspectos. Isso envolve acessar suas histórias de amor, solidão, dores e sua ancestralidade, conforme exemplificado pelas duas composições musicais.

A música produz emoções e pode trazer sensações e lembranças maravilhosas, de bem-estar, alegria e euforia, mas também pode conduzir a sensações não tão boas, remetendo a algo negativo, alguma situação ou lembrança que leve a um estado de tristeza, sofrimento, angústia ou mesmo sentimentos e emoções que não se sabe explicar. Essa reflexão é necessária antes de se estabelecer como, quando e de que forma ela será utilizada, bem como, caso ocorra alguma situação crítica, qual conduta profissional será adotada (Donda; Leão, 2021, p. 6).

Assim sendo, é necessário indagar: quais são os significados atribuídos a uma determinada composição musical por um paciente? Essa informação ganha um panorama qualitativo adicional quando o paciente menciona ou deseja compartilhar uma música com base em seus interesses, motivações e vivências pessoais, principalmente em momentos em que a linguagem verbal não é possível de ser enunciada. No entanto, é primordial considerar a importância de quando o profissional apresenta uma música, tendo em vista os temas que estão sendo trabalhados nos processos clínicos, os quais podem se articular de diferentes formas, como por exemplo a relevância da representatividade de artistas negras, suas respectivas histórias de vida e como estas se intercruzam com o coletivo. Assim, ocupar-se da compreensão do significado e da experiência musical envolve considerar diferentes propostas metodológicas (cf. Tabela 1).

TABELA 1 – Ferramentas metodológicas para mediação da música em clínica racializada.

Pontos a serem identificados	Proposta musical apresentada pela pessoa mediadora da intervenção clínica	Música citada pelo(s) paciente(s) durante uma intervenção clínica
Identificar o histórico de conhecimento sobre a composição musical e das cantoras e/ou intérpretes negras	Você(s) já conhecia(m) essa música? Se sim, há quanto tempo? E as compositoras e/ ou intérpretes?	Há quanto tempo você(s) conhece(m) essa música? E as compositoras e/ ou intérpretes?
Identificar os sentimentos e vivências associados à proposta musical	Conte-me um pouco sobre como você se sentiu ao ouvir a música. Ela trouxe alguma lembrança ou memória? Se sim, qual(is)? Há algum trecho da letra que chamou mais sua atenção? Há algo da sua composição que você sente que se aproxima do seu atual momento de vida? O que fica de reflexão e aprendizado sobre a música?	Conte-me um pouco sobre como você se sente ao ouvir a música. Como se deu a escolha dela para compartilhar aqui? Ela lhe traz alguma lembrança ou memória? Se sim, qual(is)? Há algum trecho da letra que chamou mais a sua atenção? Há algo na composição que você sente que se aproxima do seu atual momento de vida? O que fica

Pontos a serem identificados	Proposta musical apresentada pela pessoa mediadora da intervenção clínica	Música citada pelo(s) paciente(s) durante uma intervenção clínica
Investigar as vivências relacionadas a outras composições musicais	Há outras músicas que você(s) tem escutado com frequência? Se sim, qual(is)? Se você(s) pudesse(m) definir, com base em suas vivências e emoções, qual música mais se aproxima do seu momento de vida atual?	de reflexão e aprendizado sobre a música compartilhada?

Fonte: Elaboração própria (2024)⁴

Cabe frisar que, ao tratar de intervenções clínicas, mesmo que envolvam apenas um ou dois encontros, é importante contar com ferramentas sistematizadas que se aproximem das vivências do paciente, com o intuito de vislumbrar possíveis diálogos, reflexões e ressignificações de suas histórias de vida. Nesse contexto, é pertinente enfatizar a recusa ao silêncio colonial, buscando construir caminhos que enfrentem as diversas opressões e ressignifique diferentes vivências, promovendo assim um espaço seguro e acolhedor para a expressão de experiências muitas vezes silenciadas.

Todas as pessoas negras são feridas pela supremacia branca, pelo racismo, pelo sexism e por um sistema econômico capitalista que nos condena coletivamente a uma posição de subclasse. Essas feridas não se manifestam apenas por meios materiais, mas afetam nosso bem-estar psicológico. Nós, pessoas negras, somos feridas em nossos corações, mentes, corpos e espíritos. Embora muitas pessoas entre nós reconheçam a profundidade de nossas dores e feridas, nós não costumamos nos organizar coletivamente e de forma contínua para encontrar e compartilhar maneiras de nos curar (bell hooks, 2023, p. 35).

bell hooks (2023) enfatiza que a escolha pelo bem-estar é um ato político, oriundo de uma consciência que, embora individual, também se manifesta de maneira coletiva. Essa perspectiva nos leva a reconhecer que a saúde mental é uma área essencial na luta contra o racismo. Em outras palavras, os problemas psicológicos não devem ser ignorados; pelo contrário, eles podem nos guiar em direção a um processo de reconciliação. Nas palavras de Maylla Chaveiro (2024), “Nossas experiências clínicas

⁴ A construção da tabela foi inspirada em ferramentas metodológicas desenvolvidas a partir das escrevências na clínica afrocentrada, conforme proposto por Maylla Chaveiro (2024).

são conduzidas a partir deste objetivo de produzir consciência crítica sobre nossa condição no mundo” (p. 37).

Em consonância com a perspectiva do despertar crítico, outros aspectos a serem considerados são: a música será compartilhada integralmente? Em que ponto exato da música deve-se começar, pausar e concluir? É preciso definir com precisão qual será a 'ponte' entre a letra propriamente dita e os diálogos que serão realizados a partir das composições musicais. Isso porque é fundamental refletir sobre a intenção por trás de cada escolha musical, levando em conta como diferentes trechos podem evocar emoções e sentimentos distintos e suscitar reflexões específicas. A forma como a música é apresentada pode afetar os diálogos que se seguirão. Portanto, estabelecer um planejamento cuidadoso que considere essas variáveis é essencial para garantir um manejo cuidadoso e eficaz na expressão e no compartilhamento de narrativas pessoais.

Na busca por apresentar exemplares que ampliem as análises musicais já apresentadas, propomos a seguir outras ilustrações de músicas de artistas negras brasileiras para reflexão e possíveis diálogos, a partir de trechos musicais e dos possíveis temas que podem ser discutidos. Destacamos que os temas apresentados emergem como possibilidades a partir de uma perspectiva analítica da composição musical, sendo fundamental a formulação de perguntas que ampliem a compreensão das experiências dos pacientes (cf. Tabela 2). Isso se deve ao fato de que não apenas as letras das músicas podem evocar memórias, sensações, sentimentos e emoções, mas também outros elementos que podem ser investigados durante o atendimento.

TABELA 2 – Exemplos de músicas compostas e/ou interpretadas por artistas negras.

Nome da música e artista	Trechos possíveis de diálogos	Temas possíveis de serem dialogados
Maria Bethânia - Tocando em frente	“Ando devagar porque já tive pressa. E levo esse sorriso porque já chorei demais. Hoje, me sinto mais forte, mais feliz quem sabe. Eu só levo a certeza de que muito pouco eu sei. Que nada sei...”	Resiliência, experiências e jornada contínua da vida
Alcione - Não deixe o samba morrer	“Não deixe o samba morrer Não deixe o samba acabar O morro foi feito de samba De samba para gente sambar”	Preservação da cultura, resgate das tradições e dos elementos vitais para a vida do povo negro

Nome da música e artista	Trechos possíveis de diálogos	Temas possíveis de serem dialogados
Sued Nunes - Travessia	“Eu vim de lá Me tiraram de casa Mas tô aqui E eu vou cantar pra retornar”	Sankofa, isto é, retornar ao passado para ressignificar o presente e construir o futuro
Tássia Reis - Se avexe não	“Só sorri quando quero chorar Isso não foi difícil aprender, mas Desaprendo para algo mudar E assim eu me fortalecer”	Desafios da vida, resiliência, permitir-se sentir e coragem para as mudanças
Negra Li - Vai dar certo	“Com muita coragem, a gente tá de pé A gente segue em frente De cabeça erguida e sonhos pra viver Nada segura a gente, ninguém segura a gente Foco, respeito, paz e esperança, essa é a missão Pelos meus, peço força, saúde na vida, muita proteção”	Perseverança, esperança e otimismo, proteção para si e para os seus.

Fonte: Elaboração própria (2024)

Os exemplos apresentados visam incluir diferentes propostas musicais, evitando a predominância de músicas instrumentais. Conforme o estudo de Karen Nagaishi e Marcos Cipullo (2017), na psicologia, há mais estudos teóricos sobre música do que aplicações práticas em trabalhos interventivos. Quando aplicadas, essas intervenções realizadas por psicólogos e psicólogas tendem a se concentrar no uso de músicas instrumentais, sejam elas clássicas ou rítmicas/percussivas. Nesse sentido, propomos ampliar a diversidade de interesses, narrativas e histórias de vida por meio de variados gêneros musicais, tanto na psicologia quanto em áreas afins.

Dessa forma, ao propormos a música como ferramenta em intervenções clínicas, destacamos a importância de considerar a experiência de outras mulheres negras como elemento fundamental da nossa história, a fim de entrelaçar contribuições que nos permitam refletir sobre a escuta e as vivências de pacientes no que diz respeito à raça/etnia, gênero, classe social e outros marcadores estruturais. Ademais, as particularidades relativas ao gênero e à música impactam diferentes camadas sociais, tanto no que se refere ao campo de trabalho das mulheres musicistas, visto que “o mundo do trabalho no campo da música é masculino” (Requião, 2020, p. 13), quanto às trajetórias de mulheres que historicamente estiveram envolvidas nos cuidados maternais e domésticos.

Frente a esses marcadores sociais, ocupar-se de propostas que possibilitem a criação de novas formas de ser e existir no mundo, rompendo o silêncio colonial resultante do racismo, permite uma conexão entre o passado e o futuro, bem como a valorização da ancestralidade (Chaveiro, 2024). O trabalho musical em intervenções clínicas demonstra sua potência ao despertar e sensibilizar o paciente para o resgate de memórias, de vivências, sentimentos e emoções a partir de elementos de sua história. Nesse processo, a música torna-se uma ferramenta essencial de resistência política e expressão, permitindo que mulheres negras ressignifiquem suas histórias e desafiem estereótipos. Chaveiro (2024, p. 49), a partir de suas experiências em processos psicoterapêuticos, salienta que:

Vislumbramos a clínica como espaço de produção de axé, esta força vital e propulsora que pode ser transmitida por meio de gestos, de palavras proferidas acompanhadas de movimentos do corpo, respiração, hálito. Ou seja, no processo psicoterapêutico, comprehendo que a palavra é condutora do poder do axé na medida em que é pronunciada, em que é um som (Chaveiro, 2024. p. 49).

Assim, escutar a música de mulheres e, mais precisamente mulheres negras, atua como um recurso possível de reflexões e construção de novas narrativas. Um exemplo disso é que a primeira narrativa da música *Acalanto* ‘Eu vou andando pelo mundo como posso’ pode ser analisada à luz da perspectiva de Chaveiro (2023), quando enfatiza a importância de considerar nossa ancestralidade e a noção de tempo. O respeito ao tempo como um marcador imprescindível, não rígido e nem linear, como no pensamento hegemônico, o que implica acolher as angústias sem acelerar o processo, compreendendo que, sim, os pacientes também ‘andam pelo mundo como podem’, embora o percurso terapêutico demande implicações importantes para que, assim, as pessoas se tornem agentes e protagonistas de sua/nossa própria história.

Além disso, desejamos sublinhar que, embora as narrativas musicais exerçam um papel promissor e potente na vida das mulheres negras, tanto do ponto de vista das artistas quanto do público de pessoas negras que as escuta, elas não se limitam a esse grupo. Essas narrativas podem e devem ser escutadas e constituir diálogos entre e por pessoas brancas. Essa compreensão se alinha ao que bell hooks aponta em *Irmãs do Inhame*, uma obra literária lançada originalmente em 1993, que busca apresentar esperança para o povo negro em diáspora, oferecendo guias práticos para o processo

de cura, autoajuda, autorrecuperação e resistência política. A autora enfatiza que a luta contra o racismo requer o envolvimento e a conscientização crítica de toda a sociedade, promovendo um diálogo interseccional que fomente a conscientização pública e o despertar crítico.

Considerações finais

Este estudo buscou investigar o uso da música composta e/ou interpretada por mulheres negras brasileiras como uma ferramenta terapêutica na prática clínica racializada. Os resultados destacaram como as composições de musicistas negras desempenham um papel importante, com ênfase na representatividade, na afirmação e valorização da história e da cultura afro-brasileira, assim como na luta contra o racismo. Além de atuar como um veículo de expressão, a música possibilita que essas mulheres reafirmem as diversas maneiras de ser e estar em diferentes espaços da sociedade, desafiando estigmas e promovendo a conscientização sobre as questões que as/nos afetam. Observamos, assim, a ferramenta musical como um meio de expressão, resistência e ressignificação das trajetórias de vida que pode ser utilizada para resgatar a história e a identidade do povo negro.

Cabe ressaltar que a música como ferramenta terapêutica não se restringe apenas às composições utilizadas nas análises, que foram selecionadas para fins didáticos de compreensão sobre as diversas possibilidades de manejo. Outras músicas podem ser utilizadas, como aquelas sugeridas e apresentadas pelos próprios pacientes, seja para escutá-las no momento das intervenções ou para dialogar e refletir sobre as composições, suas respectivas reflexões e atravessamentos subjetivos, ampliando assim o espectro de experiências, sentidos e significados.

Ressaltamos também a importância da qualificação profissional, independentemente da área de atuação, quando se trata de utilizar a ferramenta musical para fins de intervenção em saúde mental, dada a necessidade de manejo sistematizado que considere narrativas e saberes a partir de epistemologias antirracistas. Além disso, é importante conhecer a história de vida do paciente, seus interesses e motivações antes de propor possibilidades musicais, haja vista que nem todas as pessoas podem se interessar pelos mesmos recursos mediadores. Essa perspectiva não apenas possibilita enriquecer o vínculo terapêutico, mas também favorece um diálogo mais amplo e assertivo entre o

profissional e o paciente, potencializando os resultados das intervenções.

Por fim, este artigo apresenta algumas limitações: as análises foram restritas somente às letras de duas músicas de duas cantoras baianas, assim como aos exemplos musicais (cf. Tabela 2). A diversidade geográfica, os gêneros musicais e os interesses variados podem perpassar a escolha das composições. Para estudos futuros, sugerimos realizar análises das letras de outras músicas que sejam relevantes para esse contexto e que também refutem e questionem as diversas opressões sociais que afetam diferentes grupos e, mais precisamente, as mulheres. Embora a ferramenta musical já seja amplamente utilizada como um recurso auxiliar em intervenções clínicas, ainda há uma necessidade de diálogos e discussões na literatura que entrelaçam com as lutas antirracistas.

REFERÊNCIAS

AKOTIRENE, Carla. **O que é interseccionalidade?**. Belo Horizonte: Letramento, Justificando, 2018.

AMARO, Tainá Valente; MATTOS, Amana Rocha. "Eu quero uma psicóloga preta": prática clínica, racialização e identificações no contemporâneo. **Tempo psicanal.**, Rio de Janeiro, v. 54, n. 2, p. 297-325, dez. 2022 .

BORGES, Bárbara; GOMES, Francinai. **Saber de Mim: autoconhecimento em escrevivências negras**. Edições 70, 1. ed. São Paulo, 2023.

CHAVEIRO, Maylla Monnik. **Psicologia africana e clínica afrocentrada**: estratégias e ferramentas metodológicas. Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN), [S. l.], v. 16, n. Edição Especial, 2023. Disponível em:
<https://abpnrevista.org.br/site/article/view/1590/1429>. Acesso em: 14 ago. 2025.

CHAVEIRO, Maylla Monnik. **Psicologia Clínica Africana: teoria e prática**. São Paulo: Editora Dialética, 2024.

COLLINS, Patricia Hill; BILGE, Sirma. **Interseccionalidade**. São Paulo: Boitempo, 2021.

CRENSHAW, Kimberlé Williams. **Demarginalizing the intersection of race and sex; a black feminist critique of discrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics**. University of Chicago Legal Forum, Chicago, p. 139-167, 1989.

CRENSHAW, Kimberlé. **A interseccionalidade na discriminação de raça e gênero**.

Cruzamento: raça e gênero. Brasília, DF: Unifem, 2002.

DONDA, D. C.; LEÃO, E. R.. Music as an intervention in health projects. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 55, p. 03715, 2021.

GUMES, Nadja Vladi; RODRIGUES LIMA, Tatiana. A performance decolonial de Rachel Reis no álbum Meu Esquema e a cena musical afrolatina de Salvador. **Revista Vortex**, [S. l.], v. 12, p. 1-30, 2024. DOI: 10.33871/vortex.2024.12.8724. Disponível em: <https://periodicos.unesp.br/vortex/article/view/8724>. Acesso em: 14 ago. 2025.

GUMES, N. V.; GARSON, M.; ARGÔLO, M. “Por acaso eu não sou uma mulher?” Interseccionalidade em Luedji Luna e na cena musical de Salvador. **Cadernos Pagu**, n. 67, p. e236704, 2023.

HOOKS, bell. Vivendo de amor. In: WERNECK et al. **O livro da saúde das mulheres negras**. Rio de Janeiro: Pallas, 2006.

HOOKS, bell. **Irmãs do Inhame: mulheres negras e autorecuperação**. São Paulo: editora WMF Martins Fontes, 2023.

LUNA, Luedji. Acalanto. Intérprete: Luedji Luna. In: **Um Corpo no Mundo**. São Paulo: Independente, 2017. Álbum.

MACHADO, Sara Abreu da Mata; ARAUJO, Rosângela Janja Costa. Capoeira Angola, corpo e ancestralidade: por uma educação libertadora. **Horizontes**, v. 33, n. 2, p. 99-112, jul./dez. 2015.

NAGAISHI, Karen Yuriko; CIPULLO, Marcos Alberto Taddeo. **Canção como recurso de trabalho para psicólogos**: um levantamento de artigos publicados. Boletim de Psicologia, São Paulo, v. 67, n. 146, jan. 2017. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432017000100007. Acesso em: 14 ago. 2025.

NUNES, Sued. Povoada. Intérprete: Sued Nunes. **In: Travessia**. [s. l.]: [s. n.], 2021. Álbum.

REQUIÃO, L. Mulheres musicistas e suas narrativas sobre o trabalho: um retrato do trabalho no Rio de Janeiro na virada do século XX ao XXI. **Revista Eco-Pós**, v. 23, n. 1, p. 239-265, 2020. DOI: 10.29146/eco-pos.v23i1.27436. Disponível em: <https://doi.org/10.29146/eco-pos.v23i1.27436>

ROSA, Laila; NOGUEIRA, Isabel. O que nos move, o que nos dobra, o que nos instiga: notas sobre epistemologias feministas, processos criativos, educação e possibilidades transgressoras em música. **Revista Vortex**, [S. l.], v. 3, n. 2, p. 25-56, 2015. Disponível em:

<https://periodicos.unespar.edu.br/vortex/article/view/887>. Acesso em: 14 ago. 2025.

ROSA, Antonilde; CÂMARA, Andréa Albuquerque Adour da. Ópera, raça e gênero sob o ponto de vista de artistas negras/os. **Revista Música**, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 149–172, 2019. DOI: 10.11606/rm.v19i1.158115. Disponível em:

<https://www.revistas.usp.br/revistamusica/article/view/158115>. Acesso em: 14 ago. 2025.

SOUZA, Neusa Santos. **Tornar-se negro**. Rio de Janeiro: Graal, 1983.

VEIGA, L. M.. Descolonizando a psicologia: notas para uma Psicologia Preta. Fractal: **Revista de Psicologia**, v. 31, n. spe, p. 244–248, dez. 2019.

ZERBINATTI, Camila Durães; NOGUEIRA, Isabel Porto; PEDRO, Joana Maria. A emergência do campo de música e gênero no Brasil: reflexões iniciais. **Descentralizada**, v. 2, n. 1, p. e034, 2018.

SOBRE AS AUTORAS

Sara Santos Dias Costa é Mestra em Psicologia na linha de pesquisa Psicologia e Saúde pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM). Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Tocantins (UFT). Professora do curso de Psicologia das Faculdades Associadas de Uberaba (FAZU). Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1822-0450> E-mail: sasantosd@outlook.com

Maylla Monnik Rodrigues de Sousa Chaveiro é doutora pelo Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Ciências Humanas da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Mestra pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS). Graduada em Psicologia pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS). Psicóloga Clínica e Supervisora. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7581-105X> E-mail: maylla.chaveiro@gmail.com

CREDIT TAXONOMY

Sara Santos Dias Costa			
X	Conceptualização		Recursos
X	Curadoria de dados		Software
X	Análise formal		Supervisão
	Aquisição de financiamento		Validação
X	Investigação		Visualização
X	Metodologia	X	Escrita –manuscrito original

	Administração do projeto	X	Redação –revisão e edição
--	--------------------------	---	---------------------------

<https://credit.niso.org/>

Maylla Monnik Rodrigues de Sousa Chaveiro			
	Conceptualização		Recursos
	Curadoria de dados		Software
X	Análise formal	X	Supervisão
	Aquisição de financiamento	X	Validação
X	Investigação		Visualização
X	Metodologia	X	Escrita –manuscrito original
	Administração do projeto	X	Redação –revisão e edição

<https://credit.niso.org/>

DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA

- Uso de dados não informado; nenhum dado de pesquisa gerado ou utilizado.