

A música acompanha o ser humano ao longo de toda a vida, constituindo uma das formas mais antigas e universais de expressão, comunicação e interação social. Desde as primeiras experiências auditivas na infância até às recordações musicais que permanecem durante o envelhecimento, os sons, os ritmos e as melodias participam na construção de experiências individuais e coletivas. A música está presente nas relações familiares, nos processos educativos, nas manifestações culturais e nos acontecimentos que marcam diferentes etapas da existência. Contudo, a sua importância ultrapassa a dimensão artística e recreativa, uma vez que a investigação científica tem identificado relações entre as experiências musicais e diferentes processos cognitivos, emocionais, linguísticos e sociais. Compreender o papel da música no desenvolvimento humano implica, por isso, analisar de que forma a percepção, a aprendizagem e a participação musical se relacionam com as transformações que ocorrem desde o nascimento até à velhice.

A relação entre música e desenvolvimento começa muito antes da aprendizagem formal de um instrumento. Durante a gestação, o sistema auditivo desenvolve-se progressivamente, permitindo ao feto responder a determinados estímulos sonoros. Após o nascimento, a voz dos cuidadores, as canções de embalar e as interações musicais passam a integrar as primeiras experiências de comunicação. Kaczmarek, Bogucka-Pięta, Bonar e Pięta (2026), numa revisão bibliométrica sobre a influência da música no desenvolvimento fetal e neonatal, analisam a evolução da investigação científica nesta área. Os estudos sobre experiências musicais precoces demonstram o interesse crescente em compreender as relações entre estimulação auditiva, desenvolvimento neurológico e interação entre os bebés e os seus cuidadores. No entanto, importa distinguir a capacidade de resposta aos estímulos musicais dos eventuais benefícios de intervenções específicas, uma vez que estes dependem de fatores como a idade, o contexto e as características individuais.

Durante os primeiros anos de vida, a música constitui uma oportunidade para explorar o ambiente através do movimento, da repetição e da interação. As crianças respondem espontaneamente a diferentes padrões rítmicos e melódicos, utilizando frequentemente o corpo e a voz para participar em experiências musicais. Estas atividades podem integrar simultaneamente processos motores, auditivos, emocionais e sociais. Li e Chang (2026), numa revisão sobre três décadas de investigação em educação musical na primeira infância, abordam as relações entre aprendizagem musical, desenvolvimento cognitivo, competências linguísticas e práticas pedagógicas. Esta perspetiva permite compreender que as atividades

musicais podem constituir experiências educativas multidimensionais, nas quais a criança desenvolve diferentes capacidades através da participação ativa.

A ligação entre música e linguagem representa uma das dimensões mais relevantes deste processo. Ambas envolvem a percepção e a organização temporal de estímulos sonoros, exigindo a identificação de padrões, variações de intensidade e sequências auditivas. As canções infantis, as rimas e os jogos musicais podem proporcionar oportunidades para explorar a pronúncia, a memória verbal e a consciência dos sons da linguagem. Christiner e Ludke (2026), ao abordarem a integração entre canto, linguagem e educação musical, discutem as possibilidades pedagógicas associadas à utilização da voz e das atividades musicais na aprendizagem linguística. Contudo, a existência de processos parcialmente partilhados entre música e linguagem não significa que todas as atividades musicais produzam automaticamente melhorias nas competências linguísticas. Os resultados dependem das características das intervenções, da duração das experiências e das capacidades avaliadas.

A aprendizagem musical também tem sido estudada pelas suas relações com o desenvolvimento cognitivo. Tocar um instrumento, cantar ou acompanhar uma sequência rítmica exige coordenar diferentes processos, incluindo atenção, memória, percepção auditiva e controlo motor. Jäncke (2026), ao analisar a música e a plasticidade cerebral, aborda a capacidade do sistema nervoso para se modificar em resposta à experiência e à aprendizagem. A prática musical constitui um contexto particularmente interessante para estudar estes mecanismos, uma vez que envolve a integração de diferentes funções cognitivas e sensoriais. No entanto, as alterações associadas à aprendizagem musical não devem ser interpretadas como demonstração de melhorias generalizadas em todas as capacidades intelectuais.

Esta distinção é particularmente importante no contexto educativo. Cai, Kang e Xu (2025), numa meta-análise sobre a influência da formação musical nas funções executivas de crianças entre os três e os doze anos, investigam as relações entre aprendizagem musical e capacidades envolvidas na regulação do comportamento e na realização de tarefas. A investigação nesta área procura compreender em que circunstâncias a participação musical pode contribuir para processos como a atenção, o controlo inibitório e a flexibilidade cognitiva. A interpretação destes resultados exige, contudo, considerar a diversidade das metodologias utilizadas e as diferenças existentes entre os programas educativos.

Para além das dimensões cognitivas, a música desempenha um papel significativo na experiência emocional. Ao longo da vida, determinadas melodias podem despertar sentimentos de alegria, tranquilidade, tristeza ou nostalgia, estabelecendo relações entre estímulos sonoros, experiências pessoais e memórias. Putkinen e colaboradores (2026), ao investigarem a expressão das emoções através da música, contribuem para compreender os mecanismos que permitem comunicar e reconhecer estados emocionais através de elementos musicais. Esta capacidade expressiva ajuda a explicar a presença da música em diferentes acontecimentos humanos, desde celebrações e cerimónias até momentos de reflexão individual. A experiência musical, contudo, não produz respostas emocionais universais, sendo influenciada pela história pessoal, pelo contexto cultural e pelas características de cada situação.

A utilização da música na regulação emocional constitui igualmente um importante campo de investigação. Ouvir determinadas canções, cantar ou participar em atividades musicais pode ajudar algumas pessoas a compreender, expressar ou modificar os seus estados emocionais. Chu e Tsai (2025), numa revisão sistemática sobre a influência da música na oxitocina, na vinculação social e na regulação emocional, analisam a natureza contextual destas relações. A investigação demonstra a necessidade de compreender a experiência musical considerando simultaneamente fatores psicológicos, biológicos e sociais. A música não constitui, portanto, um mecanismo universal de regulação emocional, mas pode integrar estratégias individuais e coletivas de promoção do bem-estar.

A dimensão social da música torna-se particularmente evidente durante a infância e a adolescência. As atividades musicais coletivas proporcionam oportunidades para desenvolver formas de cooperação, comunicação e participação. Cantar em grupo, integrar uma banda ou participar em atividades rítmicas exige frequentemente atenção aos outros, coordenação e adaptação a objetivos partilhados. Lucendo-Noriega e colaboradores (2026), numa revisão exploratória sobre intervenções musicais em grupo destinadas ao desenvolvimento socioemocional, analisam diferentes abordagens utilizadas com crianças. Estes contextos permitem investigar a relação entre participação musical, competências sociais e expressão emocional, embora os resultados dependam das características dos participantes e das atividades desenvolvidas.

Na adolescência, a música pode adquirir uma importância adicional enquanto instrumento de construção da identidade. As preferências musicais permitem expressar interesses,

estabelecer relações e desenvolver sentimentos de pertença. Determinados géneros, artistas ou movimentos musicais tornam-se referências culturais através das quais os jovens comunicam valores e experiências. Goopy e MacArthur (2026), numa revisão sobre aprendizagem musical e bem-estar de crianças em idade escolar e adolescentes, exploram as relações entre educação musical e diferentes dimensões do desenvolvimento. Esta perspetiva contribui para compreender que a música pode desempenhar simultaneamente funções educativas, emocionais e sociais, acompanhando as transformações características destas etapas da vida.

Na idade adulta, a música continua a participar na organização das experiências quotidianas. Pode acompanhar atividades profissionais, práticas desportivas, acontecimentos familiares e momentos de lazer, assumindo funções distintas de acordo com as necessidades individuais. A participação musical ativa, através do canto ou da prática instrumental, proporciona ainda oportunidades de aprendizagem contínua e interação social. Steinmacher e Wöllner (2026), numa revisão sistemática sobre criação musical e bem-estar, analisam diferentes atividades e resultados associados à participação musical. Esta abordagem evidencia a importância de distinguir a audição passiva da participação ativa, uma vez que diferentes modalidades de envolvimento musical podem produzir experiências e resultados distintos.

A continuidade destas experiências assume particular relevância durante o envelhecimento. As transformações cognitivas, sensoriais e sociais associadas ao avanço da idade podem modificar a relação dos indivíduos com a música, sem necessariamente eliminar o interesse ou a capacidade de participação musical. Gao e colaboradores (2026) investigam a preservação da recompensa musical em pessoas com perda auditiva relacionada com a idade, considerando o papel da aprendizagem e da adaptação. Esta investigação contribui para compreender que a experiência musical pode continuar a proporcionar satisfação e envolvimento, mesmo perante determinadas alterações sensoriais. A música pode igualmente funcionar como elemento de continuidade biográfica, evocando acontecimentos e relações que integram a história pessoal.

A utilização da música em contextos de saúde e acompanhamento de populações envelhecidas constitui, por isso, uma área de crescente interesse científico. As intervenções musicais podem assumir diferentes modalidades, incluindo audição orientada, canto, improvisação e atividades conduzidas por profissionais especializados. Contudo, os seus efeitos devem ser avaliados de acordo com objetivos específicos, não sendo adequado

generalizar os resultados de uma intervenção a todas as condições clínicas. A investigação contemporânea demonstra a importância de desenvolver abordagens individualizadas, considerando as preferências musicais, as capacidades funcionais e as necessidades de cada pessoa.

A análise da música ao longo do ciclo de vida permite reconhecer a sua natureza multidimensional. Desde as primeiras interações entre bebês e cuidadores até às experiências musicais na velhice, a música estabelece relações com processos de aprendizagem, expressão emocional, comunicação e participação social. Contudo, os seus efeitos não são uniformes nem independentes das circunstâncias em que ocorre a experiência musical. A idade, o contexto cultural, as oportunidades educativas e as características individuais influenciam as formas de participação e os possíveis benefícios. Compreender a música no desenvolvimento humano implica, assim, ultrapassar a ideia de que constitui exclusivamente uma atividade artística ou recreativa, reconhecendo-a como uma experiência que acompanha diferentes etapas da existência. Mais do que uma presença constante, a música representa uma possibilidade de aprendizagem, expressão e ligação entre pessoas, contribuindo para a diversidade das experiências que caracterizam o desenvolvimento humano.

Referências bibliográficas

Cai, Y., Kang, D., & Xu, X. (2025). Boosting executive function in children aged 3-12 through musical training: A three-level meta-analysis. *Frontiers in Psychology*.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1659927>

Christiner, M., & Ludke, K. M. (2026). Singing-oriented language and music education (SOLME). *Encyclopedia*, 6(4), Article 85. <https://www.mdpi.com/2673-8392/6/4/85>

Chu, T. H., & Tsai, C. G. (2025). Music's context-dependent influence on oxytocin, social bonding, and emotion regulation: A systematic review. *Frontiers in Cognition*.

<https://doi.org/10.3389/fcogn.2025.1678665>

Gao, E., Thompson, E. C., Wang, C., Armache, M., Kim, J. S., et al. (2026). Preserving music reward in age-related hearing loss through training and adaptation. *BMC Geriatrics*.

<https://doi.org/10.1186/s12877-026-07429-3>

Goopy, J., & MacArthur, S. L. R. (2026). Music learning and school-aged children's and adolescents' wellbeing: A scoping review. *Research Studies in Music Education*.

<https://doi.org/10.1177/1321103X251323562>

Jäncke, L. (2026). Music and brain plasticity. In *Music in prevention, therapy, rehabilitation and education*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-662-72175-9_5

Kaczmarek, D., Bogucka-Pięta, K., Bonar, M., & Pięta, P. (2026). The influence of music on fetal and neonatal development: A bibliometric review. *Applied Sciences*, 16(5), Article 2468.

<https://www.mdpi.com/2076-3417/16/5/2468>

Li, Q., & Chang, Y. L. (2026). Advancing early childhood music education: A three-decade review of cognitive, linguistic, and instructional developments. *European Journal of Education*.

<https://doi.org/10.1111/ejed.70467>

Lucendo-Noriega, A., Bamford, J. S., Danso, A., et al. (2026). What do we mean by group-based music interventions for social-emotional development? Findings from a scoping review. *Music & Science*. <https://doi.org/10.1177/20592043261476842>

Putkinen, V., Rassouli, M., et al. (2026). Expressing emotions through music. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC13601867/>

Steinmacher, C., & Wöllner, C. (2026). Music making and wellbeing: A systematic review of methods, musical activities, and outcomes. *Applied Psychology: Health and Well-Being*.

<https://doi.org/10.1111/aphw.70191>