



# ACORDES DA **ALMA**

**Escute seus pensamentos.**

PEDRO HENRIQUE CRUZ (01242069)

SÃO PAULO

12/24

# Contexto

A música desempenha um papel crucial na saúde mental, sendo amplamente reconhecida como uma forma poderosa de expressão emocional e alívio do estresse. Estudos mostram que ouvir música pode reduzir os níveis de cortisol, o hormônio do estresse, promovendo relaxamento e bem-estar. Além disso, ela atua como uma terapia acessível para lidar com emoções difíceis, ajudando a aliviar sintomas de ansiedade e depressão. Em ambientes terapêuticos, como a musicoterapia, a música é usada para facilitar a comunicação, promover a autoexpressão e fortalecer habilidades sociais em indivíduos com transtornos emocionais ou psicológicos.

As emoções evocadas pela música são tão variadas quanto suas notas e ritmos. Melodias calmas podem inspirar tranquilidade, enquanto músicas enérgicas e otimistas frequentemente geram entusiasmo e motivação. Isso ocorre porque a música tem a capacidade de ativar áreas do cérebro associadas à memória, ao prazer e às emoções. Dessa forma, ela não apenas reflete sentimentos, mas também pode amplificá-los ou transformá-los. Por exemplo, uma música nostálgica pode resgatar memórias felizes, enquanto uma canção com letras encorajadoras pode ajudar a superar momentos desafiadores.

Além de suas propriedades terapêuticas, a música promove a conexão humana, ajudando as pessoas a sentirem-se compreendidas e menos sozinhas. Compartilhar músicas que nos tocam emocionalmente cria vínculos, mostrando que nossas experiências emocionais são universais. Assim, a música é muito mais do que uma forma de entretenimento; ela é uma ferramenta essencial para cultivar o equilíbrio emocional, aliviar a mente e fortalecer o espírito.



# Objetivo

O objetivo do site é oferecer uma plataforma interativa onde os usuários possam cadastrar suas músicas favoritas e vinculá-las às emoções que sentem ao ouvi-las. A proposta é criar um espaço onde cada pessoa possa refletir sobre sua conexão emocional com a música, atribuindo sentimentos como felicidade, saudade, tranquilidade ou até mesmo melancolia a cada canção escolhida. Dessa forma, o site também oferece um olhar mais profundo sobre o impacto emocional da música na vida de cada indivíduo.

Além de identificar emoções, os usuários podem descrever por que sentem determinada emoção ao ouvir uma música específica. Essa funcionalidade incentiva a introspecção e a autoexpressão, permitindo que cada um explore as razões por trás das sensações evocadas. Por exemplo, uma música alegre pode lembrar momentos de celebração, enquanto uma melodia mais melancólica pode remeter a um período de superação ou a alguém especial. Essa análise proporciona um entendimento mais claro da relação entre a música, as emoções e as memórias pessoais, transformando o ato de ouvir música em uma experiência ainda mais significativa.

Outro diferencial do site é a possibilidade de compartilhar essas associações emocionais e memórias com outros usuários, promovendo empatia e conexão. Ao navegar pelas músicas e histórias cadastradas por outras pessoas, os usuários podem descobrir novos artistas, criar laços através de experiências semelhantes e até mesmo encontrar inspiração em relatos emocionantes. Assim, o site não apenas organiza músicas, mas também cria um espaço onde a música se torna um elo emocional e social, enriquecendo a experiência de seus usuários e celebrando o poder transformador da música.

# Justificativa

A criação de um site para cadastrar músicas favoritas e vinculá-las a emoções diversas é justificada pela profunda relação entre música, memória e bem-estar emocional. A música desempenha um papel fundamental na vida das pessoas, sendo capaz de evocar sentimentos intensos e despertar lembranças marcantes. Por meio dessa plataforma, os usuários terão a oportunidade de explorar essas conexões, entendendo como determinadas canções impactam suas emoções e por que elas são tão significativas.

A justificativa para incluir a explicação sobre as emoções sentidas ao ouvir cada música está ligada à importância da introspecção e da expressão emocional. Muitas vezes, a música serve como um canal para processar sentimentos que nem sempre são fáceis de verbalizar. Ao incentivar os usuários a registrar o motivo de suas emoções e associá-las a memórias ou pessoas específicas, o site promove um exercício de reflexão e de fortalecimento de vínculos emocionais. Esse processo pode ser terapêutico, ajudando a entender melhor as próprias experiências e a criar uma relação mais consciente com a música.

Por fim, o aspecto social do site também é uma justificativa relevante. Compartilhar músicas e as emoções associadas a elas cria um espaço para conexão e empatia, onde os usuários podem se identificar com histórias de outras pessoas e se sentir menos sozinhos em suas experiências emocionais. Além disso, o site tem o potencial de fomentar novas descobertas musicais e inspirar trocas significativas, mostrando como a música pode transcender barreiras e unir pessoas através de emoções universais. Assim, a proposta não é apenas funcional, mas também promove o bem-estar emocional e social dos seus usuários.

# Escopo

Meu projeto consiste em um site para conectar músicas com emoções, os usuários poderão compartilhar suas músicas favoritas e o por que elas os fazem sentir emoções específicas e memórias diversas, haverá comentários e músicas de outros usuários que poderão ser vistas por todos que se cadastrarem no site.

## Principais pontos do projeto

- **BANCO DADOS**
  - Tabela cadastro de usuário.
  - Tabela música.
  - Tabela emoção.
  - Tabelas interligando o usuário com a música e a emoção escolhida.
  - Inserção dos dados recebidos.
  - Pesquisa e consulta dos dados inseridos.
- **API**
  - Web-data-viz.
- **MÁQUINA VIRTUAL**
  - Banco de dados dentro da VM.
  - Distribuição Ubuntu atribuído a VM.
- **Site institucional**
  - Logo, nome.
  - Botões de Login e Cadastro.
  - Tela de login (usuário, e-mail, senha).
  - Tela de cadastro (Nome, e-mail, senha, confirmar senha).
  - Sobre mim.
  - Valores.
  - Músicas.
  - Dashboard
  - Emoções

# Bibliografia

<https://open.spotify.com/playlist/4iC8iMffgg0jxKB1EK5aaM>

<https://open.spotify.com/playlist/5Ny0qvLranMlilq2sJBKsL>

<https://frahm.com.br/a-influencia-da-musica-no-comportamento-humano/#:~:text=Quando%20ouvimos%20música%2C%20o%20sistema,-estar%2C%20como%20a%20dopamina.>

<https://www.sabra.org.br/site/emocoes-musica/>

<https://revistagalileu.globo.com/Sociedade/Comportamento/noticia/2020/01/cientistas-mapearam-13-emocoes-que-musica-cause-nas-pessoas-entenda.html>

<https://www.psicoterapiaefins.com.br/2020/12/14/como-a-musica-pode-ajudar-a-lidar-com-as-emocoes/>