

MÚSICA E SAÚDE MENTAL

Ano e Mês: ago. 2022 (1) ▾

Total Entrevistados

446

Média Horas por Dia

4

Média Ansiedade

6

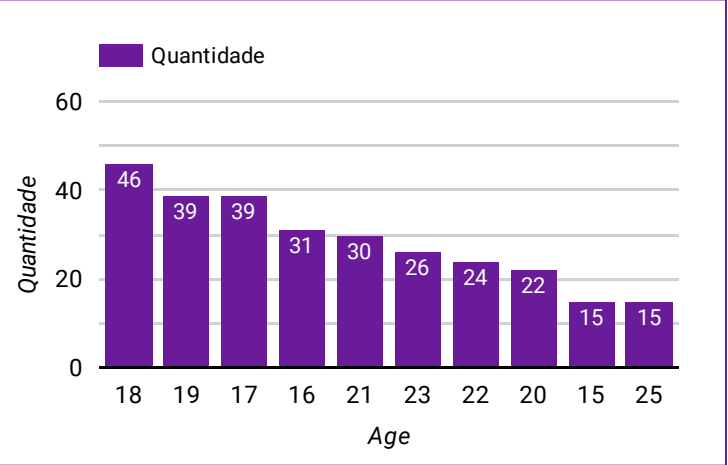
Média Depressão

5

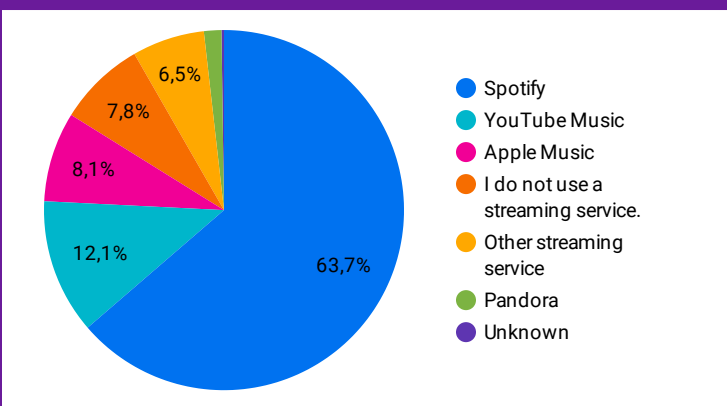
Média Insônia

4

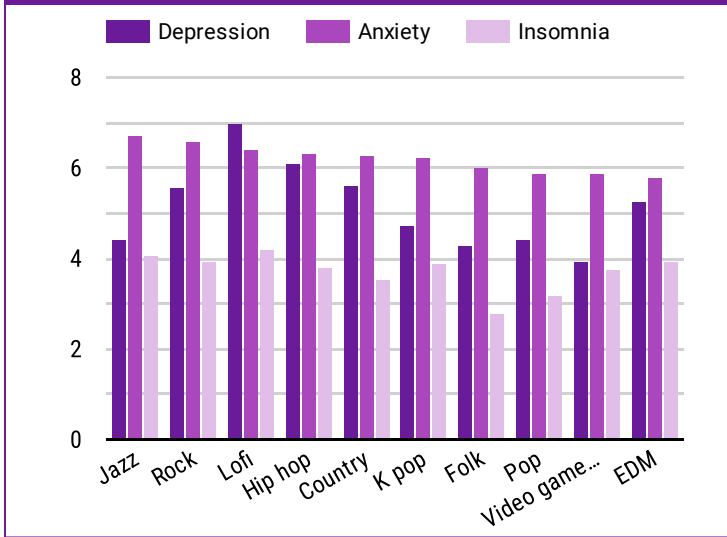
A maioria dos entrevistados ouvintes de música tem entre 16 e 23 anos



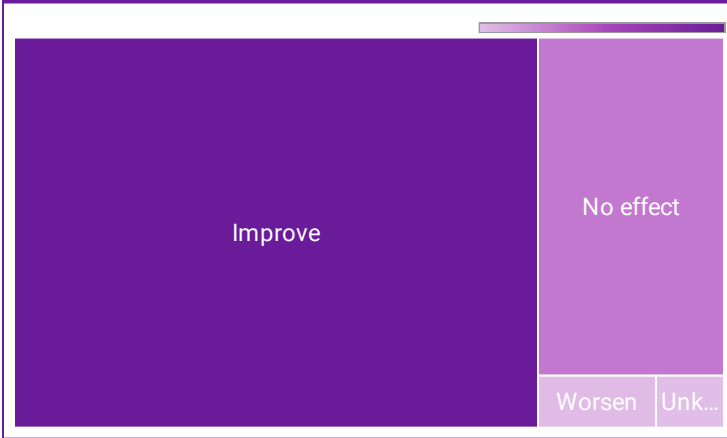
Spotify é o streaming mais usado em todos os meses



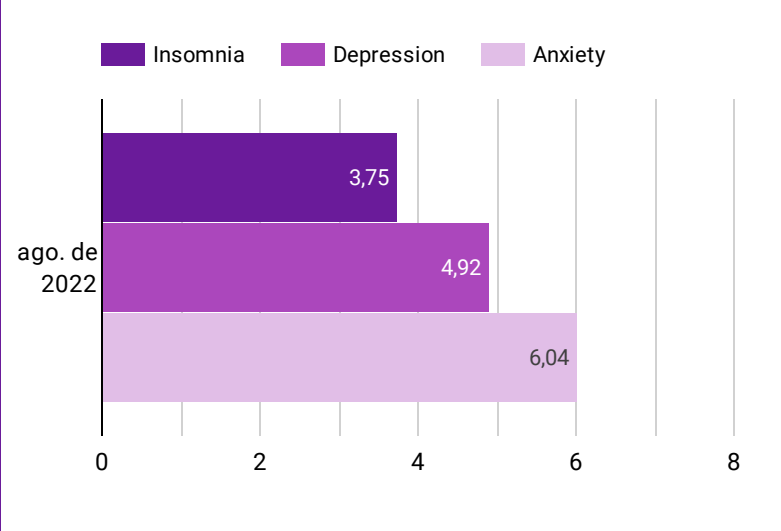
Lofi é o gênero preferido de quem tem nota mais alta para depressão e insônia. Já o gênero de quem tem ansiedade é o Folk.



75% dos entrevistados afirmam que a saúde mental melhora com música



Todos os meses a ansiedade recebeu nota mais alta, salvo novembro que empatou com a depressão



Os ouvintes de Lofi e Gospel são os únicos que só reportaram melhoras com a música

Fav genre	Improve	No effect	Unknown
Rock	80	31	1
Pop	46	18	-
Metal	44	13	-
Classical	29	7	-
EDM	22	4	1
Video game ...	14	9	-
Total geral	329	101	6

Response	Percentage
Yes	88%
No	10%
Unknown	2%

Mais de 75% dos entrevistados ouvem música enquanto trabalham