

JAMSESSION - SESSÕES DE IMPROVISO MUSICAL NO ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE E NA PROMOÇÃO DE LAZER NO CAMPUS DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

IV Encontro de Programas de Educação Tutorial

Joao Victor Sousa Ferreira, Weskley Souza dos Santos, Luis Fernando Johnston Costa, Eduardo Inácio Nascimento Andrade, Bruna Schulthais Largura, Diego Veras Wilke

O projeto 'JamSessions' foi iniciado em junho de 2016 pelo Programa de Educação Tutorial do Curso de Medicina, elaborado a partir da avaliação pelos integrantes dos altos níveis de estresse, fadiga e desânimo associados à rotina extenuante dos cursos da Saúde, compreendendo a necessidade de programações de lazer para os estudantes e a comunidade no entorno do campus do Porgangabussu. Inspirado em práticas de música popular de clubes de Jazz, a atividade traz a ideia de promover um momento livre para improvisação musical, seja tocando, cantando, aprendendo a manusear instrumentos e assistindo às apresentações, agregando diversos estilos sonoros. Os objetivos foram: estimular o aproveitamento dos horários entre os turnos de aula, organizando espaço para improvisação e socialização de habilidades musicais. Reafirmar a importância de se desenvolverem atividades que envolvam a comunidade acadêmica no autocuidado e na busca por vivências para além da formação técnica-científica. Promover espaço de integração transdisciplinar e social entre as diversas áreas dos cursos relacionados a saúde e a população no entorno do campus do Porangabussu. A programação do evento acontece mensalmente, nos intervalos de almoço, das 12h às 14h, em um dia da semana definido pelo grupo PET Medicina, usualmente às quintas-feiras. No espaço da atividade, os integrantes do grupo petiano disponibilizam equipamentos de som, como amplificador, microfones e cabos, bem como alguns instrumentos musicais cedidos pela parceria com docentes e pesquisadores. No decorrer de um ano de projeto, avalia-se que a atividade é um momento importante para aqueles que utilizam a música e a socialização como estratégia para o enfrentamento da fadiga, estresse e desânimo. A cada sessão presenciamos o aumento no envolvimento dos participantes. Portanto, o projeto constitui atividade iniciante na promoção de lazer com perspectivas de crescimento, tendo a música como seu fundamento. Apoio: PET SESu-MEC.

Palavras-chave: JamSessions. Lazer. Improvisação. Música.