

A ARTE COM INSTRUMENTO DE PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL PARA ALUNOS- UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

IX Encontro de Bolsistas de Apoio a Projetos da Graduação

Adine de Andrade Fiuza, Ana Jéssica Lopes Dias, Ernesto Sousa Barroso, Rafaela de Sousa Liberato, Michell Ângelo Marques Araújo, Ana Karina Bezerra Pinheiro

Introdução: A Arte é uma ferramenta e estratégia de saúde, cura e resistência. Na atual conjuntura um simples sarau se torna uma oportunidade de encontrar afetos, potências e cuidado. Tendo isso em mente o Projeto Cuidarte (Cuidar + Arte) visa o cuidado através da Arte entendendo a necessidade na inclusão dessa prática no cotidiano dos estudantes da Faculdade de Farmácia, Odontologia e Enfermagem. É sabido o quanto a rotina pode ser massacrante e adoecedora, as práticas de saúde podem e devem ser usadas para a melhora e estímulo para o autocuidado e saúde mental. **Objetivo:** Relatar a experiência da utilização da música e dos saraus como meio de reunir os estudantes e promover a saúde mental de alunos de graduação. **Metodologia:** Foram realizados momentos musicais ao longo do ano letivo em que alunos do Projeto Cuidarte promoveram espaços de saraus com foco na música. As ações aconteceram mensalmente, nas quartas-feiras, no horário entre 12:30h e 14h. **Resultados:** Através da música várias pessoas foram atingidas, muitos alunos se reuniram para cantar, conversar, ouvir e serem ouvidos e tiveram um momento de descontração em um momento de trabalho, estudo, entre outros. Percebemos que a música torna o ambiente mais agradável e as pessoas demonstram satisfação com a intervenção, além de oferecer espaço de trocas e partilha de sofrimentos, sobrecarga e cansaço. **Conclusão:** A música pode ser usada no ambiente acadêmico com intuito terapêutico e manifestação cultural de resistência. O Cuidarte possibilitou que isso acontecesse e assim foi possível observar o valor transformador e curativo da arte.

Palavras-chave: Arte. Música. Saúde Mental. Universidade.