

REMUSP: a música como promoção de saúde em estudantes de medicina

Gabriela Vianna

Vianna G. REMUSP: a música como promoção de saúde em estudantes de medicina. Rev Med (São Paulo). 2019 mar.-abr.;98(2):158-9.

RESUMO: O REMUSP é um grupo de música dos quais fazem parte alunos da FMUSP e de outros cursos da saúde da USP. Muitos estudantes compartilham a paixão pela música, e temos no REMUSP um espaço para formar amizades, superar desafios e cuidar da nossa saúde mental. Desde a dificuldade de aprender um novo instrumento até trabalhar em grupo para formar uma banda e apresentar, ou interpretar uma música, a experiência no REMUSP é capaz de acrescentar muito à vida de seus integrantes.

Descritores: Música; Estudantes de medicina; Estudantes de ciências da saúde; Promoção da saúde.

Keywords: Music; Students, medical; Students, health occupations; Health promotion.

O REMUSP é um grupo de música fundado por alunos da FMUSP e que, há nove anos, vem crescendo e mudando conforme novas turmas entram na faculdade. Inicialmente, o REMUSP era um Recital (de onde vem o nome extenso: Recital dos Estudantes de Medicina da USP), cujas apresentações contavam basicamente com músicas clássicas, e os integrantes do grupo eram apenas estudantes da graduação de Medicina. Com o tempo, no entanto, começamos a integrar novos estilos musicais aos ensaios e apresentações e, desde 2018, abrimos o grupo para a participação de estudantes dos outros cursos da saúde da USP.

Todos os anos, forma-se um grupo de Organização, responsável por marcar e reservar os espaços necessários para os ensaios do REMUSP, recepcionar as novas pessoas que desejam participar, marcar eventos de confraternização e organizar as nossas apresentações - que ocorrem no meio do ano, no Pub da FMUSP, e em outubro, no Teatro - e participações em outros eventos para os quais somos convidados. A Organização, por assim dizer, apenas fornece os meios para o funcionamento do REMUSP como um todo, já que o grupo é bem maior do que apenas as pessoas que se disponibilizam para realizar essas funções mais burocráticas.

A existência do REMUSP se justifica simplesmente pelo fato de haver muitas pessoas na faculdade com uma grande paixão pela música. Nossos ensaios, às segundas e quintas à noite, são um espaço de convivência importantíssimo, onde nós nos juntamos para compartilhar

nossas experiências com música. Diversas pessoas estudaram música durante toda a vida, outras têm apenas conhecimento prático e não teórico, e outras ainda nunca tocaram nenhum instrumento mas têm muita vontade de aprender, e no REMUSP temos tentado criar o ambiente propício para todas essas pessoas interagirem e crescerem em contato com a música.

Diferentemente de outros espaços na Faculdade, nós não instituímos um compromisso formal quanto à participação no REMUSP. Ninguém precisa ir a todos os ensaios ou ficar lá durante todas as quatro horas. Na maior parte do ano, também não temos nenhuma agenda de músicas e preferimos deixar o momento bastante livre, dando a oportunidade de todas as pessoas escolherem músicas para cantar e tocar, ou simplesmente conversar sobre assuntos variados e fazer amizades. Dessa forma, cada ensaio é bastante diferente do outro, passeando por todos os estilos musicais, com algumas pitadas de teoria para os interessados, mas sempre como um espaço para descontrair e transformar em música todas as preocupações do cotidiano.

É muito interessante observar como cada pessoa muda ao longo de um ano de participação no REMUSP, e como o próprio grupo muda para acolher isso. Já vimos mais de uma pessoa aprender ou voltar a tocar o instrumento que tanto queria, ou então trabalhar a interpretação e a técnica vocal e, com isso, conseguir enfrentar outros desafios da vida pessoal e acadêmica. Mesmo que não haja um compromisso em si, obviamente essa evolução exige

Acadêmica da turma 105 do curso de Medicina da FMUSP, integrante da Organização do REMUSP em 2019.

Correspondência: gabriela.v@fm.usp.br

uma grande dose de disciplina e acreditamos que isso se reflete bastante em como cada um consegue lidar com a própria rotina.

Muitas vezes falhamos em tentar ligar os pontos e entender como o REMUSP é importante para a nossa vida na Faculdade, mas precisamos lembrar que o simples fato de precisarmos aprender a nos comunicar e agir como grupo ao, por exemplo, formar uma banda para ensaiar uma música, já exige grande esforço. Trabalhar com música exige habilidades cognitivas, disciplina, o aprendizado do trabalho em equipe, e exige até mesmo bastante do nosso lado emocional, quando precisamos aprender a lidar com determinados sentimentos. O REMUSP pode ser um ótimo espaço para engrandecimento e crescimento, quando se olha por esses aspectos, além de ser imprescindível para a saúde mental de muitos dos seus integrantes, se não todos.

Por fim, precisamos falar das nossas apresentações, das quais nos orgulhamos imensamente, mas que também entendemos que não podem ser nosso foco principal. É porque durante o ano todo o REMUSP nos fez felizes, mais animados, mais amigos, que no fim queremos ter a oportunidade de mostrar todo o potencial desse grupo

para o mundo. A Organização se esforça por meses para garantir que teremos ótimos eventos, tanto no meio do ano, com o REMUSPub, quanto em outubro, com nossa grande apresentação no Teatro da FMUSP, e todos ensaiam com muito carinho e afincos. Nos últimos dois anos, nossa apresentação no Teatro contou com uma ótima produção, e agora temos nossos vídeos e áudios disponíveis em plataformas digitais, o que felizmente também funciona como forma de retorno financeiro para manter as atividades do grupo. Mais do que isso, após essas apresentações sempre recebemos um retorno muito positivo e especial de todos que nos assistiram, e aproveitamos o momento para agradecer porque acreditamos que o REMUSP é, em realidade, a soma de toda a amizade, todo o aprendizado, todo o amor compartilhado ao longo de todos os ensaios do ano. O mais importante para nós é manter esse ambiente, que está pronto para acolher e tirar tanto peso das nossas costas quando precisamos, que vai para muito além dos ensaios quando viramos amigos e passamos a contar uns com os outros todos os dias, que vira quase uma família. As apresentações são apenas uma consequência maravilhosa disso tudo.



Foto do VIII REMUSP, 2018 (por: Cláudia Okuno)