

Impacto da participação em baterias universitárias na saúde mental e desenvolvimento de acadêmicos de Medicina

Impact of participation in university bands on mental health and development of Medical students

Guilherme Frayha Delany¹  guifrayha@gmail.com
Lucas Tadeu Garcia¹  lucas.ua@gmail.com

RESUMO

Introdução: Os estudantes de Medicina estão frequentemente expostos a altos níveis de estresse, o que pode comprometer a saúde mental e o desempenho acadêmico deles. Atividades extracurriculares, como a participação em baterias universitárias, têm se mostrado potenciais estratégias de apoio psicossocial, mas ainda são pouco exploradas academicamente.

Objetivo: Este estudo tem como objetivo compreender o impacto pessoal e acadêmico da participação em baterias universitárias por estudantes de Medicina.

Método: Trata-se de uma pesquisa qualitativa, com coleta de dados por meio de formulário eletrônico contendo cinco questões abertas, respondido por 30 estudantes e egressos do curso de Medicina que participaram da bateria universitária. A análise seguiu os princípios da análise temática de conteúdo, identificando os principais temas e subtemas emergentes das respostas.

Resultado: A participação nas baterias universitárias promoveu integração social, sentimento de pertencimento, desenvolvimento de habilidades interpessoais e alívio do estresse, sendo frequentemente associada à melhora da saúde mental. Além disso, os participantes relataram impactos positivos no desempenho acadêmico, como maior foco e motivação, e no desenvolvimento profissional, especialmente no aprimoramento da comunicação, empatia e capacidade de lidar com adversidades.

Conclusão: As baterias universitárias representam um espaço de apoio emocional, aprendizado significativo e crescimento integral, com efeitos positivos sobre a trajetória acadêmica e profissional dos estudantes. O incentivo a tais atividades pode contribuir para o bem-estar e a formação de médicos mais humanos, resilientes e preparados para os desafios da prática.

Palavras-chave: Educação Médica; Saúde Mental; Desempenho Acadêmico; Música.

ABSTRACT

Introduction: Medical students are frequently exposed to high levels of stress, which can compromise their mental health and academic performance. Extracurricular activities, such as participation in university bands have emerged as potential psychosocial support strategies yet remain underexplored in academic research.

Objective: This study aims to understand the personal and academic impact of participation in university percussion bands among medical students.

Method: This is a qualitative study based on data collected through an electronic form containing five open-ended questions, answered by 30 current and former medical students who took part in the university band. Thematic content analysis was used to identify key topics and subtopics emerging from the participants' responses.

Results: Participation in university bands promoted social integration, a sense of belonging, the development of interpersonal skills, and stress relief, being frequently associated with improved mental health. Additionally, participants reported positive academic impacts, such as increased focus and motivation, and professional development, particularly in communication, empathy, and the ability to deal with adversity.

Conclusion: University bands represent spaces of emotional support, meaningful learning, and holistic development, with positive effects on students' academic and professional trajectories. Encouraging such activities may contribute to the well-being and training of more humane, resilient, and prepared physicians.

Keywords: Medical education; Mental health; Academic performance; Music.

¹ Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Poços de Caldas, Minas Gerais, Brasil.

Editora-chefe: Rosiane Viana Zuza Diniz.
Editora associada: Agnes Cruvinel.

Recebido em 25/08/24; Aceito em 11/07/25.

Avaliado pelo processo de double blind review.

INTRODUÇÃO

Os estudantes de Medicina enfrentam desafios únicos ao longo de sua trajetória acadêmica, incluindo carga horária intensa, pressão constante e exposição a situações emocionalmente desafiadoras, altas expectativas de *performance*^{1,2}. O avançar no curso muitas vezes agrava esses estressores devido ao aumento das responsabilidades e demandas emocionais do atendimento ao paciente, o que se reflete na maior prevalência de esgotamento durante esse período³⁻⁵.

No Brasil, os estudantes de Medicina exibem pontuações piores nos critérios psicológicos e sociais em comparação com a população jovem em geral⁶, com resultados semelhantes encontrados em outras partes do mundo⁷⁻⁹. Na Espanha, por exemplo, um estudo mostra que 37% dos estudantes de Medicina apresentam *burnout*, uma prevalência maior que da população geral¹⁰. O sentimento de exaustão dos estudantes de Medicina foi associado a um desempenho acadêmico mais baixo e a um aumento das taxas de saúde mental prejudicada¹¹. Essa associação interfere diretamente no futuro profissional desses estudantes e nas condições para oferecer um atendimento de qualidade ao paciente¹². Estudos sugerem que esse fato também pode afetar a empatia dos estudantes de Medicina¹³, prejudicando a capacidade de entender o paciente, comunicar essa compreensão e agir de forma terapêutica^{14,15}.

Desde a publicação das Diretrizes Curriculares Nacionais para o curso de Medicina em 2014¹⁶, a formação de médicos generalistas passou a considerar aspectos socioculturais, humanísticos e biológicos de forma interdisciplinar e multiprofissional¹⁷. Nesse contexto, avaliar o bem-estar dos estudantes é fundamental para direcionar políticas acadêmicas que melhorem sua saúde mental¹⁸, facilitando o desenvolvimento de habilidades interpessoais, importantes para sua formação e atuação profissional^{19,20}.

Complementarmente, a adoção de metodologias ativas de ensino nas faculdades de Medicina visa estimular os acadêmicos a participar de forma efetiva na busca por conhecimento²¹. Esse engajamento também é observado na participação dos estudantes em projetos e atividades extracurriculares, que, por sua vez, promovem o desenvolvimento de atitudes de compromisso individual e engajamento coletivo. Isso é importante, pois o envolvimento nessas atividades, caracterizadas por ocorrerem sob o auspício da instituição de ensino, embora fora do currículo formal, pode impactar tanto o desempenho acadêmico quanto o desenvolvimento de habilidades e competências interpessoais.

Estudos mostram ainda que o envolvimento artístico, durante a formação médica, tem o potencial de desenvolver habilidades interpessoais, apresentando resultados importantes

na atenção à saúde, tanto para o médico quanto para o paciente²²⁻²⁴. Nesse contexto, podemos considerar o papel das baterias universitárias, que, embora tenham surgido apenas para o lazer, a diversão e a competição acadêmica, oferecem uma forma acessível de contato artístico para os estudantes²⁵. Entretanto, por mais que a primeira bateria universitária de que se tem registro seja datada do ano de 1969²⁵, pouco se pesquisou sobre o impacto dessas atividades na saúde mental ou no desenvolvimento acadêmico dos estudantes.

É evidente o benefício de buscar estratégias complementares ao currículo acadêmico na área médica para o desenvolvimento de determinadas habilidades. Dessa forma, este estudo busca compreender os efeitos da participação em baterias universitárias na saúde mental e no desenvolvimento pessoal, acadêmico e profissional dos estudantes de Medicina da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas), no *campus* de Poços de Caldas.

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa qualitativa²⁶, cujo universo de estudo compreende discentes e egressos do curso de Medicina da PUC Minas, no *campus* de Poços de Caldas, que participaram da atividade de bateria universitária durante sua formação acadêmica. Foram realizadas perguntas abertas semiestruturadas, com coleta de respostas por meio de um formulário eletrônico autopreenchível²⁷. O formulário continha cinco questões abertas que tratavam de questões relacionadas à participação na bateria, tais como a motivação inicial, as barreiras, o impacto na vida acadêmica e pessoal, e o significado dessa participação.

O formulário pôde ser acessado e preenchido por meio de um *link* enviado aos participantes pelo aplicativo WhatsApp. Aqueles que não responderam a um primeiro contato foram convidados uma segunda vez pelo mesmo aplicativo. Aqueles que se propuseram a participar precisaram ler e aceitar os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido antes de terem acesso às perguntas. O formulário foi enviado para 50 pessoas da bateria, e a participação espontânea e voluntária resultou em uma amostra de 30 entrevistados²⁸.

Com base nas recomendações de Braun et al.^{29,30}, as respostas às perguntas abertas foram lidas diversas vezes e codificadas individualmente. Dois pesquisadores inicialmente geraram códigos e, após discussão, definiram temas e subtemas, desenvolvendo conexões analíticas para a análise temática de conteúdo. Os resultados serão apresentados nos cinco temas propostos: "Motivação para participar da atividade de bateria universitária", "Impacto na vida pessoal e acadêmica", "Atribuição de significado à participação", "Barreiras para a participação" e "Comentários adicionais".

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da PUC Minas sob o CAAE nº 79192224.6.0000.5137.

RESULTADOS

Os participantes respondedores obtiveram uma média de idade de 24 anos, sendo a idade mínima 18 anos e a máxima 31 anos, sendo a maioria do sexo feminino. A amostra incluiu estudantes dos primeiros aos últimos períodos do curso e pessoas já formadas. O tempo de participação na bateria variou de 3 a 72 meses, com média de 34 meses de participação. As características dos participantes podem ser mais observadas na Tabela 1.

O Quadro 1 apresenta os principais temas e subtemas emergentes a partir da análise de conteúdo, permitindo uma compreensão geral dos assuntos mais abordados.

Motivação para participar da atividade de bateria universitária

A pergunta revelou dois subtemas predominantes: interesse artístico e musical, e socialização e sentimento de pertencimento. Além disso, a busca por saúde mental e alívio do estresse também foi identificado. A principal motivação citada pelos estudantes para ingressar em uma bateria universitária está diretamente ligada ao interesse artístico e musical, com relatos que expressam uma admiração pela música, pelo samba e pelos instrumentos de percussão. Frequentemente, essas influências vêm de experiências anteriores, como apresentações de baterias em eventos, vestibulares ou *workshops*, que despertaram uma vontade latente pela prática musical.

Tabela 1. Características dos participantes do estudo.

Características	n	%
Idade		
18-20 anos	3	10%
21-23 anos	13	43%
24-26 anos	10	33%
27-31 anos	4	13%
Sexo		
Feminino	19	63%
Masculino	11	37%
Período atual*		
1º-4º	4	13%
5º-8º	14	47%
9º-12º	6	20%
Formados	6	20%
Período de entrada		
1º-2º	13	43%
3º-4º	12	40%
5º-12º	5	17%
Tempo de participação		
Até 11 meses	3	10%
12-23 meses	6	20%
24-47 meses	12	40%
48-72 meses	9	30%
Total de participantes	30	

* Período da graduação que o participante cursava quando respondeu ao formulário.
Fonte: Elaborada pelos autores.

Quadro 1. Temas, subtemas e exemplos da pesquisa.

Tema	Subtema	Exemplo
Motivação para participar da atividade de bateria universitária	Interesse artístico e musical	"Tinha interesse em ter um contato maior com música e aprender algum instrumento novo."
	Socialização e sentimento de pertencimento	"Sentimento de família que observava que os integrantes tinham um com o outro."
Impacto na vida pessoal e acadêmica	Socialização, integração, pertencimento e amizade	"Impactou muito na minha vida, já que me deu uma sensação de pertencimento."
	Saúde mental e alívio do estresse	"A bateria entrou na minha vida em um momento em que eu estava muito depressivo, pensando em me suicidar. A bateria foi um pontapé inicial na direção oposta, me deu vontade de viver de novo."
Atribuição de significado à participação	Criação de laços, sensação de pertencimento e união	"[...] significa ter uma família com quem dividir os melhores momentos da faculdade."
	Refúgio e apoio à saúde mental	"As conquistas do grupo são fonte de conquista pessoal, capazes de amenizar sentimentos negativos que às vezes temos ao longo do curso. Também é motivo para te ajudar a permanecer no curso, lá há pessoas que vão te incentivar, te apoiar e te ajudar sempre que puderem. É acima de tudo, uma fonte de conforto extremamente importante para a saúde mental de qualquer estudante."

Continua...

Tabela 1. Continuação.

Tema	Subtema	Exemplo
Barreiras para a participação	Ausência de barreiras	“Não existiram barreiras.”
	Disponibilidade de tempo	“Estava com medo de não conseguir distribuir o tempo com as atividades da faculdade”
Comentários adicionais	Experiências e momentos vividos dentro da bateria	“São diversos sentimentos, momentos, vivências, alegrias, tristezas, frustrações, superações e diversas outras experiências incríveis que ajudaram a me moldar e mudar a minha vida.”
	Impacto que essas vivências têm fora da bateria	“Com certeza não seria a mesma graduação se não fosse pela minha participação na bateria, sinto que me torno um melhor profissional, até mesmo por adquirir lá a naturalidade de me comunicar com pessoas e transmitir e captar sentimentos.”

Fonte: Elaborada pelos autores.

Por exemplo, os estudantes relataram que se emocionavam com as apresentações pré-vestibulares, como descrito em: “Quando estava fazendo as provas do vestibular, me emocionava muito vendo as apresentações das baterias pré-prova e aquilo me dava um gás enorme”. Outros mencionaram ter um histórico familiar ligado ao samba, como evidenciado nesta citação: “Durante toda a minha vida eu escutei samba, muito pela influência dos meus pais que gostam muito”. Esses estudantes buscaram na bateria uma oportunidade de viver esses sentimentos. Além disso, alguns procuravam aprender um novo instrumento, desenvolver habilidades musicais ou explorar a teoria musical na prática, conforme exemplificado em: “Tinha interesse em ter um contato maior com música e aprender algum instrumento novo”.

Além do interesse musical, os participantes revelaram uma forte motivação relacionada à socialização, à integração e ao sentimento de pertencimento. Muitos destacaram a oportunidade que tiveram de conhecer novas pessoas, formar amizades e integrar-se em um grupo coeso e acolhedor. Isso é ilustrado, por exemplo, nesta declaração: “Sentimento de família que observava que os integrantes tinham um com o outro”. A interação com colegas de diferentes cursos e períodos é frequentemente mencionada como um fator motivador: “Antes de entrar ouvia falar muito disso, no qual você tem contato com várias pessoas, totalmente diferentes de você”. Isso promoveu a integração entre pessoas diversas que provavelmente não se conheceriam em outros contextos. Essa integração se mostrou especialmente significativa para aqueles que começaram a vida universitária durante a pandemia ou que se mudaram para longe de suas famílias, buscando um novo círculo social.

Impacto na vida pessoal e acadêmica

Todos os estudantes entrevistados relataram que a participação em uma bateria universitária teve uma influência

positiva na vida pessoal ou acadêmica. Os relatos abrangeram diversos subtemas, incluindo: desenvolvimento de habilidades para superar barreiras e adversidades pessoais, aprimoramento de habilidades musicais e motoras, interação com pessoas em diferentes fases do curso, melhorias nas habilidades interpessoais, desempenho e foco em outras atividades, além do fortalecimento da responsabilidade e do compromisso. No entanto, destacaremos dois predominantes: os benefícios relacionados à socialização, à integração, ao pertencimento e à amizade, bem como a melhoria na saúde mental e o alívio do estresse. Os participantes destacaram uma intensa sensação de pertencimento e integração, que promoveu amizades duradouras e um ambiente de apoio mútuo. Alguns depoimentos exemplificam essa influência positiva: “Impactou muito na minha vida, já que me deu uma sensação de pertencimento” e “Impactou minha vida pessoal, pois fiz amizades que, se não fosse pela bateria, eu não teria”.

Muitos enfatizaram que esses momentos de socialização foram fundamentais para que pudessem lidar com as frustrações e os desafios da vida acadêmica e com a própria faculdade:

Conseguí me sentir mais integrado ao ambiente da faculdade.

Até este ano [2024], eu pensava em transferir da faculdade, pois não me sentia parte de nada. Este foi o período que eu dei uma chance; se não melhorasse, iria transferir no meio do ano. A bateria teve um papel importante na minha decisão de ficar, porque me senti mais acolhido e pude conhecer novas pessoas.

Os participantes relataram ter encontrado amor, apoio e motivação nesse grupo, não apenas formando novos vínculos em termos de quantidade, mas também em termos de intensidade: “Acho que entrar na bateria foi começar a fazer parte de uma família em outra cidade”. Essas experiências enriqueceram suas jornadas acadêmicas e continuaram a impactá-los mesmo após a graduação, como evidenciado neste

depoimento: “Conheci pessoas que não teria conhecido fora da bateria, criei laços e amizades para a vida toda”.

Muitos relataram que os ensaios proporcionaram um espaço de distração e lazer, permitindo que se desconectassem das pressões acadêmicas e cotidianas, o que resultou em uma redução do estresse e da sobrecarga mental.

Poder distrair do ambiente da faculdade foi importante também, pois, em vários dias que estava desanimado ou estressado, os ensaios ajudaram a passar por esses momentos de uma forma melhor.

Os ensaios são um momento de distração, de lazer, que me ajuda muito a tirar o peso da semana.

Em dias que não estou bem e vou para o ensaio, me sinto aliviada. É realmente um momento de leveza e espairecer a mente.

Muitos afirmaram que a participação na bateria melhorou significativamente sua saúde mental ao oferecer um ambiente seguro e acolhedor, como descrito por um aluno: “Se construiu como um lugar de conforto e acolhimento. Os ensaios são como uma terapia e estar lá significa esquecer todos os problemas”. E outro escreveu: “A bateria universitária foi o meu porto seguro durante a faculdade. Foi o lugar onde eu naturalmente ia quando eu estive nos meus piores dias durante o curso. Pode-se dizer que a BU foi a minha terapia. Foi o lugar onde eu consegui esquecer dos meus inúmeros problemas”.

Nesse sentido, a interação com a bateria foi frequentemente comparada à terapia por muitos participantes, como evidenciado nos comentários de alguns participantes:

A bateria foi terapia, foi espaço de segurança, foi local de respiro em todos os momentos.

Eu sempre falo que a bateria é minha terapia particular, porque, mesmo que esteja cheia de trabalhos e provas para estudar, a bateria é o tempo que eu tiro para aproveitar, esquecer um pouco dos problemas.

Para alguns, a participação teve um impacto particularmente significativo, ajudando diretamente na superação de sentimentos como depressão e ansiedade:

A bateria entrou na minha vida em um momento em que eu estava muito depressivo, pensando em me suicidar. A bateria foi um pontapé inicial na direção oposta, me deu vontade de viver de novo.

Desde que comecei, sinto uma melhora significativa na ansiedade.

Me ajudou muito durante uma fase difícil da minha vida.

Atribuição de significado à participação

As respostas dos participantes revelaram dois subtemas predominantes, que delineiam o significado de fazer parte de uma bateria universitária: um ambiente para a criação de laços, sensação de pertencimento e união; e um ambiente de refúgio e apoio à saúde mental. Outros identificados incluem um espaço para autoconhecimento, oportunidade de crescimento pessoal, desenvolvimento artístico, uma plataforma para representar a instituição e viver momentos de lazer e descontração.

O significado de fazer parte de uma bateria universitária é descrito como a possibilidade de criar laços, promover integração e sentir pertencimento e união. Isso é evidenciado em citações como “um lugar onde podemos criar novos laços”. Muitos descrevem esse sentimento como fazer parte de uma família, conforme expresso em “fazer parte dela é quase como fazer parte de uma segunda família” e “significa ter uma família com quem dividir os melhores momentos da faculdade”. Esse ambiente acolhedor favorece a criação de laços profundos, destacando o companheirismo e o apoio mútuo, como percebido em “pertencer a uma família que se coloca como lugar de apoio, segurança e confiança”. A bateria promove a integração entre pessoas de diferentes fases do curso, algo não facilmente encontrado em outras situações: “acaba criando um vínculo muito bom, uma integração entre calouros e veteranos que outros ambientes da faculdade não proporcionam tanto”.

Além disso, participar de uma bateria universitária foi apresentado como local de compartilhar momentos, enfrentar desafios e celebrar conquistas coletivas, que reforçam a união do grupo: “significa a união única de pessoas por um mesmo propósito muito bonito”. Muitos participantes definem que ser parte de uma bateria universitária representa uma sensação de segurança, confiança e felicidade entre pessoas muito diferentes, mas que descobrem interesses em comum:

[...] pertencimento é a palavra que define ser parte de uma BU, na verdade ser parte da minha BU é isso e todas deveriam ser assim.

[...] bateria pra mim é família. É fazer parte de um grupo com pessoas muito diferentes, mas que têm o amor pela música como ponto em comum.

Muitos consideram a bateria uma parte essencial da vida acadêmica que proporciona um espaço para autoconhecimento e alívio dos desafios acadêmicos: “dar um significado para algumas coisas e, principalmente, aprender a dividir o peso da faculdade” e “um escape da vida estressante acadêmica”. Isso se torna particularmente relevante para acadêmicos de Medicina, que enfrentam um curso exigente: “conseguem aliviar o estresse do dia a dia na medicina”. Para alguns, a bateria é vista como uma segunda família, um ambiente de comprometimento

e apoio mútuo, refletido em “ter um apoio longe de casa”, especialmente em dias difíceis, como exemplificado em “é realmente uma fuga em dias ruins”.

Esse escape do estresse acadêmico, as conquistas proporcionadas pela bateria e o ambiente gerado são relatados como uma ajuda para amenizar sentimentos negativos e contribuir para a permanência no curso:

As conquistas do grupo são fonte de conquista pessoal, capazes de amenizar sentimentos negativos que às vezes temos ao longo do curso. Também é motivo para te ajudar a permanecer no curso, lá há pessoas que vão te incentivar, te apoiar e te ajudar sempre que puderem. É acima de tudo, uma fonte de conforto extremamente importante para a saúde mental de qualquer estudante.

Essas características são apresentadas como ferramenta para a manutenção da saúde mental dos estudantes, conforme descrito: “significa trabalhar minha saúde mental pessoal”.

Barreiras para a participação

Dois subtemas predominantes foram identificados e analisados nas respostas sobre barreiras enfrentadas pelos estudantes ao tentarem ingressar na bateria universitária: ausência de barreiras e desafios relacionados à disponibilidade de tempo. Além disso, identificaram-se outros dois núcleos: insegurança e medo de não ser capaz de aprender, e crítica e desaprovação por parte de pais e amigos.

A maioria dos participantes que identificaram barreiras relataram que enfrentam desafios relacionados a horários e disponibilidade de tempo, frequentemente conflitantes com outras atividades. Muitos ritmistas não são naturais da cidade onde estudam, e o cronograma dos ensaios, especialmente aos domingos, constituía uma barreira comum, principalmente para aqueles que costumam visitar suas cidades de origem ou têm compromissos familiares. Isso é evidenciado no seguinte depoimento:

Existiram, principalmente, os horários dos ensaios, principalmente para aqueles que moram em outras cidades e têm o costume de voltar para casa nos fins de semana livres, ter que voltar mais cedo de casa, de ônibus, perder as caronas para estar no horário dos ensaios acredito que foi a maior barreira.

A preocupação com a extensa grade curricular de um curso de Medicina e a dificuldade de conciliar os ensaios com outras atividades acadêmicas e extracurriculares também foram mencionadas: “Estava com medo de não conseguir distribuir o tempo com as atividades da faculdade”. Escolher entre participar da bateria e aproveitar o final de semana sem compromissos foi um desafio para alguns, mas a dedicação à bateria prevaleceu:

“Mas a verdade é que eu sempre priorizei a bateria, então essas barreiras não foram nenhum motivo para me fazer não estar na bateria”. Entretanto, alguns membros precisaram deixar temporariamente a bateria devido a compromissos: “Como os ensaios começaram a ser aos domingos, não conseguiria conciliar ambas as coisas”.

Uma parte significativa dos participantes relatou que não encontrou barreiras para sua participação na bateria universitária. As respostas indicam que o processo foi fluido e sem obstáculos. Muitos afirmaram “não existiram barreiras” ou variantes como “nenhuma”, “não houve barreiras” e “foi tudo muito fluido”.

Comentários adicionais

O espaço aberto no formulário para comentários adicionais, não obrigatórios, sobre a participação na bateria universitária revelou uma variedade de aspectos, entretanto emergiram dois subtemas principais: as experiências e os momentos vividos dentro da bateria, e o impacto que essas vivências têm fora dela. Outros subtemas que surgiram incluem a ausência de comentários adicionais, o aprendizado emocional, os desafios e as recompensas enfrentados, a percepção da importância da bateria mesmo para aqueles que não participam diretamente e o desejo de maior participação. Poucos participantes indicaram não ter comentários adicionais.

O tipo de comentário adicional mais recorrente sobre a participação na bateria universitária se referia à expressão de experiências, momentos e sentimentos marcantes vividos. Em um dos relatos, o participante escreveu que “Foram os melhores anos da minha vida”, destacando o impacto e a profundidade da experiência. Outros participantes relataram a dificuldade em expressar tudo que gostariam sobre a participação na bateria, mencionando que foram impactados de maneiras que nunca imaginaram, como em “Quando eu entrei para a bateria, não imaginava o quão bem ela faria”. Muitos participantes ainda expressaram gratidão:

Devo toda a minha transformação pessoal à bateria e aos ritmistas que fizeram parte dela.

Agradeço muito por ter entrado na bateria e às vezes me arrependo um pouco de não ter entrado antes. Realmente me sinto muito bem!!

A bateria representou para muitos mais do que uma atividade extracurricular, como visto em “São diversos sentimentos, momentos, vivências, alegrias, tristezas, frustrações, superações e diversas outras experiências incríveis que ajudaram a me moldar e mudar a minha vida”, criando memórias inesquecíveis, fortalecendo os laços e transformando

vidas de seus membros, como exemplifica o seguinte relato: “A bateria me proporcionou vários dos melhores momentos que vivi na faculdade”. Em alguns relatos, ainda foi possível observar a vivência de experiências emocionais intensas: “Sou DJ e nunca chorei tocando um set, sou goleiro e nunca chorei em um campeonato ou jogo, mas sou ritmista e chorei em todas as apresentações que já realizei e eu de verdade não sei explicar por que eu sempre desabo”. As respostas destacaram o impacto significativo de participar da bateria universitária na vida dos estudantes, pois isso proporcionou uma visão mais ampla sobre as pessoas e a própria medicina, e desempenhou um papel crucial na formação de habilidades práticas transferíveis para a vida profissional:

[...] ela foi parte fundamental da minha vida acadêmica, e continua sendo mesmo depois de formado.

[...] com certeza não seria a mesma graduação se não fosse pela minha participação na bateria, sinto que me torno um melhor profissional, até mesmo por adquirir lá a naturalidade de me comunicar com pessoas e transmitir e captar sentimentos.

Para alguns, a bateria universitária foi um ponto crucial na decisão de onde cursar a faculdade, como ilustrado em:

Eu escolhi a PUC Minas porque sabia que existia uma bateria nela. A existência da BU era um critério importante para mim: eu jamais quis ficar longe da música por 6 anos e, graças a Deus, isso não aconteceu. [...] Hoje me sinto muito mais capaz de ter autonomia na minha vida profissional, sou capaz de lidar com a organização do meu dia a dia profissional graças aos ensinamentos que aprendi durante a bateria.

DISCUSSÃO

As motivações para ingressar em uma bateria universitária são diversas e refletem as diferentes necessidades, interesses e expectativas dos estudantes. O interesse artístico e musical foi a principal razão, muitas vezes impulsionado por experiências prévias e pelo desejo de desenvolver habilidades musicais. A busca por socialização, integração e um sentido de pertencimento destaca a importância das conexões humanas e da formação de uma comunidade acolhedora, compatível com achados de outras pesquisas envolvendo universitários^{31,32}. Essas motivações conjuntas demonstram o impacto positivo esperado pelos ingressantes quando se proporcionam um espaço para a expressão artística e um refúgio emocional e social significativo, o que de fato tem sido observado com efeito positivo em estudos anteriores^{33,34}.

A análise dos relatos indicou que a participação em uma bateria universitária pode ir além do simples envolvimento em atividades musicais. Trata-se de uma experiência

transformadora que impacta significativamente a saúde mental, o desenvolvimento de habilidades e a construção de relações interpessoais sólidas. Além disso, as contribuições relatadas de melhoria na saúde mental e alívio do estresse destacam o potencial terapêutico dessa atividade e do contato com as artes na vida dos estudantes³⁵⁻³⁷.

A bateria universitária emerge como um ambiente de acolhimento e integração, em que os estudantes encontram um espaço seguro para se expressar, aprender e crescer. Como evidenciado, isso enriquece as vivências acadêmicas e proporciona ferramentas valiosas para a vida pessoal e futura atuação profissional dos estudantes²²⁻²⁴. Além disso, essas vivências podem contribuir para a consolidação das teorias e dos conceitos aprendidos academicamente, ao promoverem algo definido como “aprendizagem significativa” no campo da saúde³⁸ e debates sobre o próprio cuidado³⁹. Dessa forma, o impacto no aprendizado pode variar conforme as experiências, oportunidades e interpretações de cada estudante durante essa atividade.

Os achados sobre a significação coincidem com os relatos sobre os impactos observados pelos participantes, destacando a importância desse ambiente como espaço de criação de laços e integração, além de suporte à saúde mental. Essa vivência contribui significativamente para o desenvolvimento de habilidades e sensibilidades essenciais para uma prática médica mais efetiva e humanizada, criando um ambiente em que se experimentam e expressam emoções, criatividade e desenvolvimento pessoal⁴⁰. A relação entre médico e paciente é exemplo de potencial impacto, já que está diretamente associada às habilidades interpessoais do médico e à empatia gerada nas consultas, resultando em melhores desfechos psicológicos e físicos do paciente⁴¹⁻⁴³.

O estudo revelou uma diversidade de experiências entre os estudantes em relação às barreiras para participar da bateria universitária. Enquanto muitos não encontraram obstáculos, outros enfrentaram desafios relacionados à gestão de tempo, aos conflitos com outras atividades, à insegurança quanto à capacidade de aprender um novo instrumento e às críticas externas. Sendo assim, é importante destacar que o apoio institucional e familiar pode ser crucial para o bom desenvolvimento das atividades extracurriculares, já que, conforme visto em estudos anteriores, esse apoio possui impacto positivo na formação e no desempenho acadêmico dos estudantes de Medicina⁴⁴. Apesar das barreiras apontadas, a determinação dos estudantes em fazer parte da bateria frequentemente prevaleceu.

A intensidade dos momentos compartilhados pelos participantes e a habilidade adquirida em lidar com sentimentos e pressões mostram que a bateria é uma

ferramenta essencial para o desenvolvimento emocional, crucial para a prática médica⁴⁵. Mesmo enfrentando desafios, os benefícios e a gratificação de fazer parte desse grupo são notáveis. Além disso, a bateria transcende sua função musical, afetando positivamente todos os que a cercam, refletindo seu poder de unir e inspirar mesmo aqueles que não participam diretamente dela.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo destaca a profundidade e a diversidade das experiências vividas pelos estudantes de Medicina no contexto das baterias universitárias, evidenciando a relevância dessas atividades no ambiente acadêmico. O apoio institucional e familiar também é essencial, pois pode transformar desafios em oportunidades. Abordar dificuldades e fornecer suporte adequado pode criar um ambiente mais inclusivo e encorajador para a participação em atividades extracurriculares, beneficiando tanto o desenvolvimento individual dos alunos quanto a universidade como um todo.

A continuidade e o reconhecimento das baterias universitárias são essenciais para garantir que essas experiências positivas se perpetuem, beneficiando toda a comunidade acadêmica. Dessa forma, a bateria universitária se consolida como um pilar fundamental no suporte ao desenvolvimento integral dos estudantes, promovendo bem-estar, integração e crescimento pessoal dos estudantes, e, por essa razão, deve-se incentivar seu uso como ferramenta na formação médica.

Não houve dificuldades na realização dos questionários, superando as expectativas dos pesquisadores quanto à riqueza de conteúdo, à diversidade de percepção e à extensão das respostas. Destaca-se que os participantes da pesquisa foram aqueles que se dispuseram a preencher o questionário, o que poderia representar um viés. No entanto, esse fato não pode ser confirmado nem indica uma relação que invalide as análises propostas.

Por fim, as descobertas deste estudo poderão fornecer *insights* valiosos para a implementação de políticas e programas de apoio às atividades extracurriculares dos estudantes universitários, visando promover seu bem-estar psicológico e melhorando seu desempenho acadêmico. Deve ser estimulada a produção científica sobre o impacto de outras atividades extracurriculares nos acadêmicos, inclusive envolvendo estudantes de outros cursos de graduação. Embora reconheçamos limitações do estudo, como o número de participantes e o fato de se tratar de um curso de graduação de uma instituição específica, acreditamos que os resultados obtidos serão de grande relevância para incentivar a produção de outros estudos e o desenvolvimento de projetos de atividades extracurriculares.

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Guilherme Frayha Delany fez a coleta, análise, redação e revisão. Lucas Tadeu Garcia fez a orientação e revisão.

CONFLITO DE INTERESSES

Guilherme Frayha Delany foi o idealizador da bateria universitária que gerou a amostra da pesquisa.

FINANCIAMENTO

Declaramos não haver financiamento.

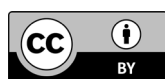
DECLARAÇÃO DE DISPONIBILIDADE DE DADOS

Os dados de pesquisa só estão disponíveis mediante solicitação. *Research data is only available upon request.*

REFERÊNCIAS

1. Adesola AA, Akoki DM, Aderemi TV, Fola-Oyetayo OC, Asogwa CS, Ojile MO, et al. Exploring burnout in medical education: a mixed-method study among university of Ibadan medical students. *BMC Med Educ.* 2025 May 3;25(1). doi: <https://doi.org/10.1186/s12909-025-07252-1>.
2. Boone A, Menouni A, Korachi IB, Nejari C, Khalis M, Jaafari SE, et al. Burnout and predictive factors among medical students: a cross-sectional survey. *BMC Med Educ.* 2024 July 29;24(1): doi: <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05792-6>.
3. Nteveros A, Kyprianou M, Artemiadis A, Charalampous A, Christoforaki K, Cheilidis S, et al. Burnout among medical students in Cyprus: a cross-sectional study. *PLoS One.* 2020 Nov 18;15(11):e0241335. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0241335>.
4. Sanjaya A, Mianto NA, Wijayanto KR, Edwin C. Resilience: a panacea for burnout in medical students during clinical training?: a narrative review. *Medicine (Baltimore).* 2024 Dec 6;103(49):e40794. doi: <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000040794>.
5. Ranasinghe PD, Owusu JT, Bertram A, Michtalik H, Yeh HC, Cofrancesco Jr J, et al. Depressive symptoms and burnout among medical students: a prospective study. *J Gen Intern Med.* 2022 Jan;37(1):64-69. doi: <https://doi.org/10.1007/s11606-021-06765-x>.
6. Pagnin D, Queiroz V de. Comparison of quality of life between medical students and young general populations. *Educ Health (Abingdon).* 2015 Sept-Dec;28(3):209-12. doi: <https://doi.org/10.4103/1357-6283.178599>.
7. Carrard V, Berney S, Bourquin C, Ranjbar S, Castelao E, Schlegel K, et al. Mental health and burnout during medical school: Longitudinal evolution and covariates. *PLoS One.* 2024 Apr 16;19(4):e0295100. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0295100>.
8. Moir F, Patten B, Yelder J, Sohn CS, Maser B, Frank E. Trends in medical students' health over 5 years: does a wellbeing curriculum make a difference? *Int J Soc Psychiatry.* 2023 May;69(3):675-88. doi: <https://doi.org/10.1177/00207640221133944>.
9. Maser B, Danilewitz M, Guérin E, Findlay L, Frank E. Medical student psychological distress and mental illness relative to the general population: a Canadian cross-sectional survey. *Acad Med.* 2019 Nov;94(11):1781-91. doi: <https://doi.org/10.1097/ACM.0000000000002958>.
10. Capdevila-Gaudens P, García-Abajo JM, Flores-Funes D, García-Barbero M, García-Estañ J. Depression, anxiety, burnout and empathy among Spanish medical students. *PLoS One.* 2021 Dec 2;16(12):e0260359. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260359>.
11. Ilić IM, Ilić MD. The relationship between the burnout syndrome and academic success of medical students: a cross-sectional study. *Arh Hig Rada Toksikol.* 2023 June 26;74(2):134-41. doi: <https://doi.org/10.2478/aiht-2023-74-3719>.

12. Hale EW, Davis RA. Supporting the future of medicine: student mental health services in medical school. *Front Health Serv.* 2023;3. doi: <https://doi.org/10.3389/frhs.2023.1032317>.
13. Chen H, Xuan H, Cai J, et al. The impact of empathy on medical students: an integrative review. *BMC Med Educ.* 2024;24. doi: <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05448-5>.
14. Nembhard IM, David G, Ezzeddine I, Betts D, Radin J. A systematic review of research on empathy in health care. *Health Serv Res.* 2023 Apr;58(2):250-63. doi: <https://doi.org/10.1111/1475-6773.14016>.
15. Licciardone JC, Tran Y, Ngo K, Toledo D, Peddireddy N, Aryal S. Physician empathy and chronic pain outcomes. *JAMA Netw Open.* 2024;7(4):e246026. doi: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2024.6026>.
16. Brasil. Resolução nº 3, de 20 de junho de 2014. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais do curso de graduação em Medicina e dá outras providências. *Diário Oficial da União*; 23 jun 2014. Seção 1, p. 8-11.
17. Frenk J, Chen L, Bhutta ZA, Cohen J, Crisp N, Evans T, et al. Health professionals for a new century: transforming education to strengthen health systems in an interdependent world. *Lancet.* 2010 Dec 4;376(9756):1923-58. doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(10\)61854-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(10)61854-5).
18. Martins CK, Cruz JC, Dellalibera-Joviliano R. Quality of life in Brazilian medical students: a systematic review and meta-analysis. *Trends Psychiatry Psychother.* 2024;46:e20220497. doi: <https://doi.org/10.47626/2237-6089-2022-0497>.
19. Gilligan C, Powell M, Lynagh MC, Ward BM, Lonsdale C, et al. Interventions for improving medical students' interpersonal communication in medical consultations. *Cochrane Database Syst Rev.* 2021;(2):CD012418. doi: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD012418.pub2>.
20. Makary JS. The impact of professionalism and interpersonal skills on patient outcomes and physician well-being: a comprehensive review, clinical trials and case studies. 2024;3(6). doi: 10.31579/2835-835X/089.
21. Divakaran J. Active learning in medical education: a brief overview of its benefits. *MAR Pathology and Clinical Research.* 2025;2(4). doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14709388>.
22. Musri MC, Nehvi AI, Chacko SR, Eiger G, Moghbeli N. The impact of art in medicine training and its effectiveness on professionalism and interpersonal skills: a prospective study. *Adv Med Educ Pract.* 2025 Mar 31;16:493-500. doi: <https://doi.org/10.2147/AMEP.S462264>.
23. Fornetti M, Barbosa M. The association between empathy and artistic practice: a cross-sectional study with medical students. *BMC Med Educ.* 2024;24. doi: <https://doi.org/10.1186/s12909-024-06146-y>.
24. Moniz T, Golafshani M, Gaspar CM, Adams NE, Haidet P, Sukhera J, et al. How are the arts and humanities used in medical education? Results of a scoping review. *Acad Med.* 2021;96(8): 1213-22. doi: <https://doi.org/10.1097/ACM.00000000000004118>.
25. Bertoni VG, Sarmiento GVM, Severino NB. A batucada universitária: um breve relato sobre as baterias universitárias e vivências pedagógico-musicais na Bateria UFSCar. XI Encontro Regional Sudeste da Associação Brasileira de Educação Musical, Educação Musical em tempos de crise: percepções, impactos e enfrentamentos; 2018; São Carlos.
26. Moser A, Korstjens I. Series: practical guidance to qualitative research. Part 3: Sampling, data collection and analysis. *Eur J Gen Pract.* 2018;24(1):9-18. doi: <https://doi.org/10.1080/13814788.2017.1375091>.
27. Tombs M, Strange H. Using qualitative questionnaires in medical education research. *Perspect Med Educ.* 2024;13(1):280-7. doi: <https://doi.org/10.5334/pme.1102>.
28. Campos CJG, Saidel MGB. Amostragem em investigações qualitativas: conceitos e aplicações ao campo da saúde. *Rev Pesqui Qualit.* 2022;10(25):404-24.
29. Braun V, Clarke V. Using thematic analysis in psychology. *Qual Res Psychol.* 2006;3(2):77-101.
30. Braun V, Clarke V. Thematic analysis. In: Cooper H, Coutanche MN, McMullen LM, Panter AT, Rindskopf D, Sher KJ, editors. *APA handbook of research methods in psychology: research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological.* 2nd ed. Washington, DC: American Psychological Association; 2023. p. 65-81. doi: <https://doi.org/10.1037/0000319-004>.
31. Pinto AF, Reed NP, Mjølén OM. Beyond the first week: sustaining the feeling of social inclusion and sense of belonging for students. *Int J Qual Stud Health Well-being.* 2024 Dec;19(1). doi: <https://doi.org/10.1080/17482631.2024.2421032>.
32. Dietz S, Prilleltensky I, McMahon A, Zopluoglu C, Lipsky M. Assessing a culture of belonging in a higher education context: development and initial validation of the culture of belonging barometer. *J Stud Aff Res Pract.* 2023;61(2):1-17. doi: <https://doi.org/10.1080/19496591.2023.2221210>.
33. Noorily AR, Williams A, Belsky M, Grogan K. The art of seeing: the impact of a visual arts course on medical student wellbeing. *Med Teach.* 2023 Aug;45(8):871-6. doi: <https://doi.org/10.1080/0142159X.2023.2184675>.
34. Souza DC de, Favarin DB, Scorsolini-Comin F. Estratégias grupais para promoção de saúde em universitários. *Educação.* 2021;46(1):1-24. doi: <https://doi.org/10.5902/1984644442800>.
35. Volpe RL, de Boer C, Wasserman E, Van Scoy LJ. Can an arts course help mitigate medical student burnout? *Med Sci Educ.* 2022 July 30;32(5):1023-32. doi: <https://doi.org/10.1007/s40670-022-01604-y>.
36. Teles CPM, Porto CPS, Teles LPM, Passos MA, Mattos RMPR, et al. Arte e atividade física como fatores protetores da saúde mental de estudantes de medicina. *Rev Soc Desenv.* 2022;11(15):e16111537012. doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i15.37012>.
37. Chen Y, Zeng X, Tao L, Chen J, Wang Y. The influence of arts engagement on the mental health of isolated college students during the Covid-19 outbreak in China. *Front Public Health.* 2022 Nov 15;10. doi: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1021642>.
38. Cadarin L, Bagnasco A, Rocco G, Sasso L. An integrative review of the characteristics of meaningful learning in healthcare professionals to enlighten educational practices in health care. *Nurs Open.* 2014;1(1):3-14. doi: <https://doi.org/10.1002/nop2.3>.
39. Mesquita DAK, Tempski PZ, Maia FM, Cunha TSL, Paiva LB, et al. Belas artes para estudantes de medicina: motivando debates transformadores. *Rev Med (São Paulo).* 2022;101(2):e-189268.
40. Castelhamo LM, Wahba LL. As emoções do médico e as implicações para a prática clínica. *Psicol USP.* 2020;31:e180030. doi: <https://doi.org/10.1590/0103-6564e180030>.
41. Wu Q, Jin Z, Wang P. The relationship between the physician-patient relationship, physician empathy, and patient trust. *J Gen Intern Med.* 2022 May;37(6):1388-93. doi: <https://doi.org/10.1007/s11606-021-07008-9>.
42. Olaisen RH, Schluchter MD, Flocke SA, Smyth KA, Koroukian SM, Stange KC. Assessing the longitudinal impact of physician-patient relationship on functional health. *Ann Fam Med.* 2020;18(5):422-9. doi: <https://doi.org/10.1370/afm.2554>.
43. Nembhard IM, David G, Ezzeddine I, Betts D, Radin J. A systematic review of research on empathy in health care. *Health Serv Res.* 2023 Apr;58(2):250-63. doi: <https://doi.org/10.1111/1475-6773.14016>.
44. Reis S, Aguiar C. A relação entre a vida acadêmica e a vida familiar do estudante de medicina: uma análise transversal. *Int J Health Educ.* 2021;5. doi: <https://doi.org/10.17267/2594-7907ries.v5i1.3797>.
45. Horne MJ, Allbright M, Galbraith DA, Patel A. Emotional intelligence in medicine: an investigation of the significance for physicians, residents, and medical students – a systematic review. *J Surg Educ.* 2024;81(12). doi: <https://doi.org/10.1016/j.jsurg.2024.103307>.



This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.