



Integrating
New
Students
Transformed by
Art

Sandra Pinto da Costa

O seu “percurso” artístico começou aos 8 anos e desenvolveu estudos e atividade profissional na área da dança, pintura e música, tendo concluído o Curso de Instrumentista de Sopros: Flauta Transversal pelo Conservatório de Música do Porto. Desde então tem-se dedicado ao ensino de vários instrumentos (flauta transversal, piano, ukulele e cavaquinho), à direção artística de várias classes conjuntas, direção de canto coral e à prática de dança e movimento. Fundou vários projetos musicais e atualmente, é professora de flauta transversal e dinamiza vários projetos/workshops que envolvem a utilização da música como ferramenta de interação e desenvolvimento pessoal. Tem experiência de mais de 20 anos em direção coral, tendo criado vários grupos corais, nomeadamente, em 2017 criou o Grupo Coral do ACES Santo Tirso/Trofa & Amigos, sendo este projeto composto por profissionais de saúde do referido ACES e por amigos e familiares dos mesmos. É Mestre e Enfermeira Especialista em Saúde Infantil e Pediatria. Atualmente é doutoranda em Ciências de Enfermagem no ICBAS – Universidade do Porto. Criou e dinamizou vários projetos no seu local de trabalho, que conciliam a Enfermagem

e a Musicoterapia, como o Projeto Envelhecer como Ritmo e Saber e o Projeto Sons de Família.

Concluiu em 2008 o Curso de Especialização Pós-Graduada em Musicoterapia, pela Escola Superior de Educação do Porto/Universidade de Cádiz – Espanha, desde então, tem desenvolvido a sua atividade como musicoterapeuta em diferentes contextos terapêuticos. Começou por aprofundar conhecimentos na área do Mindfulness, com a frequência do Curso “Mindfulness em Contextos de Saúde”, na Faculdade de Medicina do Porto em 2018 e em 2019 realizou o programa MBSR – Mindfulness-Based Stress Reduction. Em outubro de 2019, criou o Projeto Sing for Well being, na Escola Superior de Enfermagem do Porto (ESEP). Este projeto integra três domínios: Musicoterapia, Canto Coral e Mindfulness. O Grupo Coral Enfermagem do Porto integra o Projeto Sing for Well being, sendo considerado um grupo formal da ESEP. Atualmente, integra o projeto inovador INSTA – Integrating New Students Transformed by Art, dirigido aos alunos do 1º ano de licenciatura.