Helton Rycardo Medes, natural e residente em Toledo-PR e atualmente com 37 anos de idade, iniciou sua jornada na música por volta do ano de 2003, influenciado por dois amigos do ensino médio, Fernando Pereira, que lhe ensinou os primeiros acordes no violão e Leandro Rui Barbosa, também conhecido como Guga. Esses amigos foram seus companheiros na formação de sua primeira banda, chamada Maria Tonteira. Nessa época, Fernando Pereira assumia a guitarra e os vocais, Guga ficava responsável pela bateria, enquanto Helton tocava baixo. No entanto, não há registros dessas primeiras experiências musicais.

Seu segundo projeto musical ocorreu em 2004 com a banda The Freaks, ainda desempenhando o papel de baixista, sua primeira apresentação foi no Festival de bandas de garagem do Premen no mesmo ano. Durante esse período, Helton também começou a tocar bateria acidentalmente, pois Guga, que morava em um apartamento na época, deixou sua bateria na casa de Helton, incentivando-o a explorar esse novo instrumento. Além disso, a banda participou de diversos eventos na região, como a noite cultural do Colégio Luiz Augusto Morais Rego, no teatro municipal de Toledo, Garota Premen na extinta Ita's Drinks, Alfinetada Punk II em Cascavel, festivais Underground no extinto bar Fasol, entre outros.

Em meados de 2006, Helton e alguns amigos fundaram a banda Espírito de Porco, que se dedicava ao punk rock. A banda se apresentou em vários eventos, incluindo o festival de bandas do Premen, shows no antigo Bar D'graus à beira do Lago Diva Paim Barth, o Alfinetada Punk III em Cascavel e outros eventos underground da cena do punk rock em Toledo e região.

Ao longo de sua carreira musical, Helton também participou de diversos outros projetos, como a banda Mary Jane (guitarra - 2008 - cover), banda Aquafire (bateria - 2012 - cover), banda Aneurisma (bateria - 2012 - repertório autoral e cover), banda Dr. Franchesco (bateria - 2013 - repertório autoral e cover), banda Psico Fóssil (bateria - 2015 - repertório autoral e cover, lançando um álbum homônimo no Spotify em 2017 gravado em 2015), banda Kranios (bateria - 2014 - cover e autoral em Palotina), banda Read Rock (bateria - 2016 - cover), banda Ressacas (bateria, baixo e guitarra e vocal - 2015 - cover), banda Jurassic Rats (bateria - 2018 - cover), banda Laranja Vintage (bateria e vocal - 2019 - cover), e muitos outros projetos e gravações.

Ao longo dos anos, se apresentou em diversos eventos culturais: todas as Viradas Culturais no município de Toledo, Rocão em Cascavel, Rock na Roça em Dois Vizinhos, entre outros festivais Underground da região. Também se apresentou nas maiores casas de shows de Rock do oeste paranaense (Abbey Road Pub, Hooligans, Zeppelin Old Bar, entre outros) e em diversos eventos e bares/pubs nos municípios de Toledo, Cascavel, Marechal Cândido Rondon, Palotina, Francisco Alves, Iporã, Dois Vizinhos, Foz do Iguaçu, Medianeira, Umuarama, Maringá, Salto del Guairá e Santa Rita no Paraguai.

Atualmente, é o baterista da banda Stone Dogs (repertório cover e autoral) e da banda Marola (repertório cover e autoral).