



Dança como recurso terapêutico para idosos

Autor(res)

Vagner Miranda Da Conceição
Jorge Romario Barbalho Rocha Da Silva
Vagner Miranda De Souza
Pablo Victor Gomes Dos Santos

Categoria do Trabalho

1

Instituição

FACULDADE PITÁGORAS DE BETIM

Introdução

A dança é uma atividade física e social agradável, motivadora, que envolve a musicalidade e que pode ser desenvolvida de forma grupal ou individual. Tal atividade desafia o controle motor por meio de movimentos coreografados e realizados dentro de compassos musicais (OLIVEIRA et al., 2020). A dança ajuda a pensar melhor, a enxergar a vida com outros olhares, auxilia na autoaceitação, no sentido de consciência do corpo, ajuda na mobilidade das articulações, no aumento da elasticidade muscular, a manter o tônus muscular em ativação e a manter a sanidade mental (TIRINTAN; OLIVEIRA, 2021).

Dançaterapia é um caminho de reapropriação da linguagem corporal por meio de estímulos criativos que favorecem a conjunção do movimento ao “sentir” único e vivo de cada ser humano (CAMPO, 2018). Tais práticas corporais trabalham a consciência corporal, integração do corpo, percepção, coordenação, expressão corporal, reconhecimento e ampliação de padrões de movimento, aprendizado e exploração da linguagem

Objetivo

Analisar o uso da dança em tratamentos terapêuticos para idosos.

Material e Métodos

Esse trabalho de abordagem qualitativa foi construído a partir de uma revisão de literatura. Segundo Taylor e Procter (2001), esse tipo de trabalho é uma tomada de contas sobre o que foi publicado acerca de um tópico específico. Para Moreira (2004), trata-se a revisão de literatura como um tipo de texto que reúne e que se discute informações todas elas produzidas na área de estudo. Segundo Moreira (2004), os textos de revisão de literatura têm a devida importância e utilidade de posicionar o leitor do trabalho e o próprio pesquisador acerca dos avanços, retrocessos ou áreas envoltas em penumbra e, além disso, se aponta e se discute possíveis soluções para tais problemas similares e se oferece alternativas de metodologias que se tem utilizado para a soluções de problemas.

Para a realização dessa revisão, uma busca foi realizada na base de dados BVS, utilizando as palavras chaves: dança, terapia e idosos. Os seguintes filtros foram aplicados: texto completo, assunto principal, dança

Resultados e Discussão



Após as buscas iniciais, foram encontrados 239 textos completos disponíveis. A leitura do título, do resumo e a eliminação das duplicidades completou a seleção, finalizando a busca em 10 artigos (TABELA 1).

As revistas que publicaram os textos têm as seguintes áreas centrais como referência: Educação física, Psicologia, Fisioterapia e Psiquiatria. Sobre o Qualis CAPES, somente foram incluídos textos entre A1 e B2 no evento de classificação 2013-2016, sendo: um texto A1; três textos A2; quatro textos B1; e dois textos B2.

No total, como amostra, têm-se 841 participantes de todas as pesquisas/artigos participantes (104 homens e 354 mulheres). Quatro estudos (MOREIRA et al., 2009; MITTEROVÁ et al., 2021; HSU; READY e GRAHN, 2022 e TILLMAN et al., 2020) não especificaram a quantidade exata de homens e/ou mulheres. As pesquisas foram realizadas nos seguintes estados: Minas Gerais, Rio Grande do Sul, Santa Catarina e São Paulo; e quatro pesquisas foram realizadas respectivamente em Canadá,

Conclusão

Por fim, espera-se que esse trabalho possa auxiliar a Ciência nas questões de como a dança pode ser um fator de mudança na vida dos idosos e quantos benefícios que a prática dela pode se ter para a saúde tanto física como mental. E, socialmente, as expectativas são as de que essa pesquisa possa ajudar, não somente alunos e profissionais formados do ramo da Educação Física, mas, como também ao público que tem um avô ou avó, pai ou mãe, que não pratica nenhuma atividade física, a conhecer melhor

Referências

CAMPO, P. A dançaterapia. O que é? Disponível em <<http://dancaterapia.org/dancaterapia/>>. Acesso em:10/10/2022.

CHICA, A., et al. Efeitos de um programa de dança espanhola em mulheres com fibromialgia. Cuadernos de Psicología del Deporte, Málaga, v. 19(2), p. 52-69, maio 2019. Disponível em <https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232019000200005#:~:text=Los%20resultados%20mostraron%20efectos%20positivos,la%20fibromialgia%20en%20las%20personas>. Acesso em:18/09/2022.

GATES, P., et al. Análise da entropia do movimento durante a dança comunitária, programas para pessoas com doença de Parkinson, idosos e adultos: Um estudo de coorte. International journal of environmental research and public health, Ohio, v. 19, p. 655, 2022. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35055477/>>. Acesso em: 18/09/2022.

HSU, P; READY, E. A.; GRAHN, J. A. Os efeitos da doença de Parkinson, música treinamento e treinamento de dança na batida habilidades de percepção e produ