EFEITO DA DANÇA NA QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS

Autor(res)

Vagner Miranda Da Conceição
Erick Stwart Faustino Barbosa
Pedro Henrique Magalhães Resende

Categoria do Trabalho

2

Instituição

FACULDADE PITÁGORAS DE BETIM

Introdução

O envelhecimento é algo natural e envolve alterações fisiológicas significativas, sejam estruturais, funcionais e/ou químicas. Dessa forma, considerando isso como um processo multifatorial em que a deterioração de aspectos neurobiológicos é esperada, faz-se necessário a inclusão de métodos que estimulam a mente e o corpo de forma a atenuar os impactos desse processo. Nesse sentido, quais benefícios e demais efeitos podem ser conferidos aos idosos por meio da dança, visando os aspectos biopsicossociais envolvidos na fase do envelhecimento? Faz-se necessário, portanto, que seja ainda mais conhecido pela comunidade científica os impactos da dança, de maneira a possibilitar que essas informações sejam divulgadas aos pacientes como método de conscientização quanto aos benefícios que podem ser obtidos. Dessa forma, possivelmente haverá um novo posicionamento da própria sociedade quanto a prática da dança, classificando-a como uma atividade de resultados terapêuticos amplos e eficazes.

Objetivo

Analisar os benefícios da dança para a qualidade de vida dos idosos, em especial, na prevenção da degeneração causada pelo processo de envelhecimento.

Material e Métodos

Esse trabalho de abordagem qualitativa foi construído a partir de uma revisão de literatura, que é a junção de ideias de diferentes autores sobre determinado tema, conseguidas através de leituras, de pesquisas realizadas pelo pesquisador. Para a realização dessa revisão, uma busca foi realizada na base de dado BVS utilizando as palavras chaves: dança e idosos. Quando necessário, os seguintes filtros foram aplicados: texto completo, idioma português, assunto principal: dança e envelhecimento; últimos 5 anos, que atuaram como critérios de inclusão e exclusão dos textos. A Análise de categórica de conteúdo (BARDIN, 2011) foi o meio organização e análise das informações pertinentes ao objetivo desse trabalho.

Resultados e Discussão

Após as buscas iniciais, foram encontrados 24 textos completos disponíveis. A leitura do título, do resumo e a eliminação das duplicidades completou a seleção, finalizando a busca em 10 artigos (TABELA 2). As revistas que

publicaram os textos têm as seguintes áreas centrais como referência: Enfermagem, Terapia Ocupacional, Psicologia do Esporte, Educação, Educação Física e Fisioterapia. Sobre o Qualis CAPES, somente foram incluídos textos entre A1 e B2 no evento de classificação 2013-2016, sendo: um texto A2; um texto B1; e oito textos B2. No total, como amostra, têm-se 310 participantes (55 homens e 115 mulheres) dos seguintes estados: Rio de Janeiro, Paraná, Belo Horizonte, São Paulo, Ceara. Os estudos de
Borges et al. (2018), Melo et al. (2018), Maciel et al. (2020) e Gouvea et al. (2017), não detalham a quantidade de participantes homens e mulheres. Os estudos de Oliveira et al. (2020), são de revisão, logo a amostra foi composta somente por outros textos.

Conclusão

De acordo com os fatos supracitados, o trabalho evidenciou claramente os impactos que a dança como atividade que estimula diversos sentidos do organismo como visual, tátil, motor, cognitivo e outros, pode ser útil no processo de conter os impactos da degeneração causada pelo envelhecimento. Além disso, observou-se que a dança pode interferir de maneira positiva na melhora da qualidade de vida dos idosos e incentivar às práticas de saúde como ferramenta terapêutica biopsicossocial.

Referências

BORGES, E.G.S.; VALE, R.G.S.; PERNAMBUCO, C.S.; CADER, S.A.; SÁ, S.P.C.; PINTO, F.M.; REGAZZI, I.C.R.; KNUPP, V.M.A.O.; DANTAS, E.H.M. Efeito da dança no equilíbrio, postural, na cognição e na autonomia funcional de idosos. Revista Brasileira Enfermagem [Internet], Rio de Janeiro, v.71(suppl5), p.2436-43, maio/2018. Disponível em: https://www.scielo.br/j/reben/a/VB7Sgd7mTwG3XKjTPDjVD3F/?format=pdf&lang=pt. Acesso em 01 de novembro de 2022.

BORGES, R.M.; BRITO, C.M.D.; MONTEIRO, C.F. Saúde, lazer e envelhecimento: uma análise sobre a brincadeira de dança de roda das meninas de sinhá. Interface, Botucatu. V.24:e190279, p.01-15, janeiro/2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/icse/a/hrx73VVFtkzxGZyfMNSwz6z/?format=pdf&lang=pt. Acesso em 01 de novembro de 2022.

BRIZOLA, J; FANTIN, N. Revisão da literatura e revisão sistemática da literatura. Revista de educação do vale do Arinos, Juara, v. 3, n. 2, p. 23-39, jul-dez/2016. Disponível em: https://periodicos.unemat.br/index.php/r