



Dança, idoso e inclusão social

Autor(res)

Vagner Miranda Da Conceição
Marcus Vinicius Alves Dos Santos
Mariana Aparecida Carvalho Almeida

Categoria do Trabalho

2

Instituição

FACULDADE PITÁGORAS DE BETIM

Introdução

A dança é uma arte que envolve mente e corpo, e vai muito além de ser uma maneira de demonstrar as emoções e aliviar o stress (SCHAEFER e SILVA, 2017). Segundo Wittler et al.(2020), a dança é uma forma expressiva e movimentos guiados por música. Para Marbá, Silva e Guimarães(2016), a dança é uma forma de comunicar e expressar nossas emoções.

Segundo Marbá, Silva e Guimarães(2016), a dança enquanto atividade física tem muitos benefícios, a saber: melhora a elasticidade muscular e os movimentos articulares; diminui o risco de doenças cardiovasculares, problemas no aparelho locomotor e sedentarismo, reduzindo o índice de hipertensão.

Para Schaefer e Silva (2017), os benefícios da dança podem se efetivar em diversos aspectos, a saber: cognitivos, como a ativação e melhora da memória e do raciocínio; afetivos, no lidar com as emoções; sociais, na potencialização de amizades e relacionamentos; e psicomotores. Ressalta-se que, para alcançar tais benefícios, o professor precisa ter conhecim

Objetivo

O objetivo desse trabalho é descrever os benefícios da dança como meio de inclusão social na vida do idoso.

Material e Métodos

Esse trabalho de abordagem qualitativa foi construído a partir de uma revisão de literatura. Segundo Noronha e Ferreira (2000, p. 191) trabalhos de revisão são

estudos que analisam a produção bibliográfica em determinada área temática, dentro de um recorte de tempo, fornecendo uma visão geral ou um relatório do estado-da- arte sobre um tópico específico, evidenciando novas ideias, métodos, subtemas que têm recebido maior ou menor ênfase na literatura selecionada.

Para Figueiredo (1990, p. 132) a revisão de literatura, possui duas funções importantes:



a) função histórica, pois constituem-se em parte integral do desenvolvimento da ciência; e b) função de atualização, pois fornecem aos profissionais de qualquer área, informação sobre o desenvolvimento corrente da ciência e sua literatura.

Para dar conta do objetivo desse trabalho, três buscas foram realizadas nas bases de dados Scielo e BVS, utilizando as palavras chaves: dança e idoso. Quando necessário, os seguintes filtros foram aplicados:

Resultados e Discussão

Após as buscas iniciais, foram encontrados 49 textos completos disponíveis. A leitura do título, do resumo e a eliminação das duplicidades completou a seleção, finalizando a busca em 12 artigos (TABELA 1).

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

No total, como amostra, têm-se 273 participantes (59 homens e 162 mulheres). O artigo de Ribeiro et al. (2022) não especifica a quantidade de homens e mulheres. Os participantes são de São José, Campinas e uma cidade não especificada – São Paulo, Belo Horizonte – Minas Gerais, Campo Maior – Diamantina, Minas Gerais – Piauí, Cajazeiras – Pernambuco e uma cidade (não especificada) do Estado de Paraná, entre 51 e 99 anos. O artigo de Ribeiro et al. (2022) não especifica

Conclusão

O objetivo do trabalho foi alcançado, uma vez que foi possível observar que a dança auxiliou e/ou potencializou melhorias diversas para as saúdes física e mental de idosos. Essa prática possibilitou também benefícios acerca da inclusão social desses sujeitos, seja na dança ou não. Alterações positivas e significativas foram percebidas a partir da inserção da dança na vida dos idosos, o que pode reverberar em longevidade e em qualidade de vida.

Quanto a melhora mental e social, notou-se que os idosos

Referências

ANDRADE, A. do N.; NASCIMENTO, M. M. P.; OLIVEIRA, M. M. D.; QUEIROGA, R. M.; FONSECA, F. L. A.; LACERDA, S. N. B.; ADOMI, F. Percepção de idosos sobre grupo de convivência: estudo na cidade de Cajazeiras – PB. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/kR8BkxSLvKfHLMjtQYs9SrP/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 25/08/2022.

BORGES, R. de 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. Revista Interface. Botucatu, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/hrx73VVFtkzxGZyfMNSwz6z/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 25/08/2022.

BRITO, F. C.; LITVOC, J. Conceitos básicos. In: BRITO, F. C.; LITVOC, J (Org.). Envelhecimento: prevenção e promoção de saúde. São Paulo: Atheneu, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/YfDfsyFCZnfvYmVkkZbV3qj/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 25/08/2022,

EQUIDADE. In: DICIO, Dicionário O