BENEFÍCIOS DA DANÇA PARA O IDOSO

Autor(res)

Vagner Miranda Da Conceição
Alex Ferreira Leijoto
Rafael Ademilton Misael

Categoria do Trabalho

2

Instituição

FACULDADE PITÁGORAS DE BETIM

Introdução

Dança é um espetáculo com vários significados (SILVA; NITSCHKE; SANTOS, 2017)
Saúde é uma condição de total bem-estar (OMS, 1946)
Dança é uma série ritmada de gestos e de passos ao som de uma música. Estilo próprio, tipo, gênero ou modo de dançar: dança do ventre. Lugar ou ocasião em que as pessoas estão dançando; baile. [Música] Música própria para ser representada por movimentos corporais. [Figurado] Excesso de movimentação de pessoas, animais ou coisas que se organizam ritmadamente: dança dos pássaros [Figurado] Circunstância dificultosa, confusa, complicada.
Para Silva, Nitschke e Santos (2017), a dança é entendida como um espetáculo com vários significados já que pode ser vista tanto como forma de comunicação, como um ritual, estilo de vida e exercício. Mitterová et al. (2021) complementa que a dança tem uma relação direta com a aptidão física.

Objetivo

Analisar os benefícios da dança para a qualidade de vida de idosos. Trata-se de uma revisão de literatura com artigos que relacionaram dança e envellhecimento.

Material e Métodos

Revisão de literatura
BVS
Dança, envelhecimento, qualidade de vida
Texto completo; assunto principal; dançaterapia; dança; terapia pir exercícios; qualidade de vida; terapia; idoso; idioma português; promoção de saúde, aptidão física; últimos dez anos; >=B2; científico; exclusão; monografia qualis CAPS
170 textos completos
A Análise de categórica de conteúdo (BARDIN, 2011) foi o meio organização e análise das informações pertinentes ao objetivo desse trabalho.

Resultados e Discussão

Dados técnicos:
Medicina Geriátrica, Ciência da reabilitação, Saúde Publica, Ciências Naturais, Psicologia, Gerontologia e Geriatria, Medicina Esportiva e Ciência, Cuidado e Saúde
414 Sujeitos sendo 49 Homens e 29 mulheres. De MG, sudeste da Polônia, Espanha e China.
Mini exame do estado mental e questionário de atividades funcionais.
Ensaio clínico randomizado triagem de declínio cognitivo.

Conclusão

A dança auxilia o idoso, promovendo melhoras na condição física (MELO et al., 2017; SILVA; NIETZSCHE; SANTOS, 2017).
Com o passar do tempo, as quedas são cada vez mais frequentes na vida dos idosos (GARCIA et al., 2020).
A dança como forma de exercício ajuda a diminuir o risco de quedas e melhora a mobilidade (GATES et al., 2020).

Referências

BENNETT, G.; ANGEL, N.; HACKNEY, M. Fevereiro 2020.
GATES, P. et al. Janeiro 2022.
GUZMÁN, A. et al. Fevereiro 2016.
MELO, C. et al. Janeiro 2017.
MENG, X. et al. Maio-junho 2020
MITTEROVÁ, K. et al. Setembro 2021
MURILLO-GARCIA, A. et al. Março 2020.
PAPALIA, D.; FELDMAN, R. Desenvolvimento Humano. Porto Alegre: AMGH Editora, 2013.
SILVA, K.; NITSCHKE, R.; SANTOS, S. Setembro 2017.
THOMSEN, M. et al. Fevereiro 2022.
WOLOSZYN, N. et al. Julho 2021.