

DANÇAS CIRCULARES PARA IDOSOS DA COMUNIDADE: AMPLIANDO O CUIDADO INTEGRAL A SAÚDE.

Naiara Josefa dos Santos Rodrigues (CNPq)¹
Unespar/Campus Paranavaí, najorodrigues50@gmail.com

Maria Antônia Ramos Costa (Orientadora/a)
Unespar/Campus Paranavaí, maria.costa@unespar.edu.br

Flávia Cristina Sierra de Souza (Coorientador/a)
Unespar/Campus Paranavaí, flavia.souza@unespar.edu.br

Modalidade: Pesquisa
Programa Institucional: PIBIC-Af: Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica nas Ações Afirmativas

Grande Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

RESUMO: DANÇAS CIRCULARES PARA IDOSOS DA COMUNIDADE: AMPLIANDO O CUIDADO INTEGRAL A SAÚDE Tema: saúde do idoso. Objetivo: conhecer os benefícios da prática de dança circular na vida de pessoas idosas da comunidade. Aporte teórico: a dança circular é uma prática de dança em círculo, praticada em grupo, originária de diferentes culturas de várias partes do mundo. Seu intuito não visa a técnica empregada na dança e sim a expressão corporal, com intuito de trabalhar o ser humano de forma completa, incitando sentimento de união, igualdade e sensação de pertencimento. Procedimentos metodológicos: pesquisa qualitativa do tipo intervenção, realizada entre março e agosto de 2024. A pesquisa envolveu 20 pessoas idosas inscritas em uma Universidade Aberta a Pessoa Idosa e contou com a parceria de um Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos de um município da região Sul do Brasil. Foram operacionalizadas 20 oficinas semanais de dança circular, conduzidas por uma enfermeira docente do curso enfermagem com experiência em dança circular e uma discente. Os dados foram coletados após o término da intervenção, mediante realização de grupo focal e analisados de acordo com os pressupostos da análise de conteúdo na modalidade temática. A pesquisa tem aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos com parecer no 6.819.900. Resultados: a análise de conteúdo temática revelou elementos que indicam os benefícios biopsicossociais da dança circular sobre a vida da pessoa idosa. Os participantes apontam que a dança circular contribuiu para um sono mais profundo e reparador, além de promover o relaxamento e controlar o estresse e a ansiedade. Os participantes relatam uma maior agilidade e destreza em coreografias que inicialmente eram desafiadoras para eles, indicando um avanço na função motora geral. E no tocante aspecto social, a dança promoveu um ambiente de interação e conexão entre os participantes. O caráter coletivo da atividade, com movimentos sincronizados e compartilhados, facilitou construção de laços sociais e promoveu um senso de comunidade, relatado pelos participantes. Conclusões: as oficinas de dança circular contribuíram para a promoção da saúde dos participantes na medida em que proporcionaram bem-estar físico e mental, aliado a sensação de pertencimento.

Palavras-chave: Promoção da saúde. Terapias Complementares e Integrativas. Idoso.

¹ O presente trabalho foi realizado com apoio da CNPq, por meio de bolsa concedida ao(a) estudante Naiara Josefa dos Santos Rodrigues.